

# ほけんだより 5月

太陽の子保育園平成27年5月

爽やかな風の吹く季節になりました。晴れ渡った空に悠々と泳ぐこいのぼりが鮮やかですね。

日本の5月を彩るこいのぼりこいのぼりは、中国の故事がゆらいだそうです。多種多様の魚が激しい急流を遡り、さらに滝を登ろうとしたところ、鯉だけがてっぺんまでのぼることができたんだとか。

子どもたちもこの鯉のようにたくましく育ってほしいものですね。

## 手洗い指導(ブラックライト使用)

今年も幼児さん対象に手洗い指導を行います。

5月11日12日15日で行います。

次回は11月・2月を予定してます。

## こんなときには必ず手を洗いましょう。

- 戸外で遊んだ後…土や泥の中には菌がたくさんおり、菌を手につけたままにすると、口に入り、病気になることもあります。
- トイレから出た後(特に排便後はいかに)…菌が手につき、病気の元になることもあります。
- ペットを触った後…病原菌をもっているペットから人に感染し、病気になることもあります。
- 食事の前や帰宅後も、習慣づけましょう。



### 0歳児健康診断

5月13日(水)  
15:00~

先月の春の健康診断欠席した子どもも受けます。

### 4月 感染症

インフルエンザB…1名  
ロタウイルス…1名  
突発性発疹…2名  
りんご病…1名  
胃腸炎…7名

### GW

“たのしい”  
GWをお過ごしください

入園・入所・進級から1か月...新しい生活の疲れが出ていませんか?

朝、お子さんの顔色や様子を  
見てあげてください

### 無煙タバコとは?

火を使わずにパイプで吸うタイプのタバコのことです。

「普通のタバコより健康被害が少ない」「副流煙による受動喫煙のリスクがない」と誤解されがちですが、無煙タバコにもたくさん発ガン物質が含まれています。また、喫煙後の呼気からの受動喫煙も最近指摘されています。

子どもの誤飲も含めて、紙巻きタバコと同様の配慮が必要です。

### 5月5日無病息災を願う 菖蒲湯

強い香気が邪気を払うとされる「菖蒲湯」。菖蒲は多くの精油成分を含んでいます。精油成分とは、芳香成分のことで、香り高い菖蒲には、天然のアロマセラピー効果があるといえます。

そのまま来て湯ぶねに入れてもいいのですが、ひと手間かけると、さらにいい香り。

菖蒲湯の作り方は

- ① 綿の袋に刻んだ葉をひとつかみ入れる。
- ② 洗面器などに入れて、熱湯を注いで10分おいて精油を抽出。
- ③ 精油と袋を湯ぶねに入れる。
- ④ お子さんと一緒に、楽しむ!

