



令和7年12月1日
インターナショナル
不動前えほん保育園
看護師

早いもので、今年も残り1か月となりました。今年は様々な変化があった年でした。12月は子どもたちにとってはクリスマスなどお楽しみがいっぱいの月ですね。睡眠・食事の時間を意識し、病気や事故のない楽しい時間を、今年を振り返りながら、ご家族でゆっくりお過ごしください。



～12月の予定～

12/3 歯科検診
12/8 乳児身体測定
12/9 幼児身体測定
12/10 0歳児健診(11月発
育診断未実施の園児は発育
診断ある予定)



健康保険
資格確認書

★年末年始の過ごし方★

① 事故に気をつけましょう！

ヒーター・ストーブ・加湿器・ホットカーペットでの低温やけど、熱い物を飲食する・お鍋や鉄板に触れてしまうなど、冬はやけどの危険が増えます。また、訪問先など自宅とは勝手が違い子どもへの注意が散漫になったりしがちですので、気をつけましょう！

② 生活リズムは出来るだけお子さんに合わせて・・・

年末年始はどうしても夜型の生活になりがちで、訪問や来客でも生活リズムが乱れがちになります。子どもたちは大人以上に心身が疲れることを考慮して、出来る限り普段の生活リズムを守ってあげて下さい。

③ 年末年始の急病・事故に備えましょう

ほとんどの病院が休診となります。お子さまの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院の他、近くの救急病院の診療時間と休診日は確認しておきましょう。また、帰省先には保険証(資格確認書)や母子手帳を持参しましょう。



爪について

爪(つめ)が伸びていると、友達を引っかいてしまったり、折れたりなど、けがの原因となります。

また、爪は汚れが溜まり不潔になりやすいところにもかかわらず、指しゃぶりや爪をかむくせがある子も多く、汚れたままにしておくといば菌を直接取り込んでしまいます。週に一度は指先のチェックを行うようにしましょう。



爪の動き

指先を保護したり、手の平側からの感触を受け止めたりする他にも、爪から健康状態を知ることができます。爪全体の色が紫色をしていたり、白くにぎっていたり、すじや溝ができている場合は病気の可能性もあるので、気になる場合は病院へ行きましょう。

爪ケアのポイント

爪の手入れの目安は1週間に1回程度です。お風呂上がりの爪がやわらかい時が切りやすいのですが、切り過ぎるといば菌が入ることもあるので深爪にならないよう、十分に気を付けましょう。