



ほけんだより 5月号

令和元年 5月15日発行
北柏駅前保育園わらび
北柏小規模保育園わらび
看護師 田浦 百合子



新緑の眩しい季節になりました。まだ突然の低気圧で寒暖差が激しい一日もありますが、すでに各地で夏日も記録されています。今年の夏は猛暑になるのでしょうか…異常な暑さは遠慮したいものです。これからの気温上昇に備えて、上手に外遊びを取り入れながら暑さに慣れていきましょう♪

保健行事

- 5月21日(火) 運動能力測定【4.5歳児対象】
- 5月27日(月) 尿検査【3.4.5歳児対象】
- 6月 3日(月)～7日(金) 身体測定(北柏)
- 6月10日(月)～14日(金) 身体測定(小規模)
- 6月11日(火) 9:15～ 歯科健診
- 6月21日(金) 9:00～ 内科健診



尿検査で何がわかるの？

尿検査では、『尿蛋白・尿潜血・尿糖』を調べることで有名な病気では「腎炎」「ネフローゼ症候群」「糖尿病」「白血病」等の様々な病気の早期発見を目的としています。簡単ですが大切な検査です。採尿方法等、ご不安な点は直接または職員を通じて 看護師 田浦までご相談ください。



健康診断

健診日当日は、子ども達の心の準備も必要です。

時間に余裕をもって、9時前までの登園のご協力をお願いいたします。



5月には尿検査。6月には全園児対象の【内科健診(年に2回)】【歯科健診(年に1回)】があります。内科健診・歯科健診は、園医が来園し健診を受けることができます。ただし、健診時間が決められているため健診開始時間までに登園のご協力が必要です。これらの健診は国で義務付けられた健診となるため、園での健診を逃してしまつと、園医のクリニックまで受診に行く必要があります。不要な感染を防ぐためにも、園で健診が終わられるよう、**健診日はなるべくお休みをせず、またいつもより早めの登園のご協力をお願いいたします。**なお、当日に家庭保育のご予定がある方でも健診時間にご都合がつけば、健診のみの登園も可能です。何かお困りの際は、事前に担任や他職員にご相談ください♪

今年度も暑い夏を予想して6月下旬ごろからシャワーや沐浴が始まり、7月にはプール遊びなどが予定されています。たくさんのお友達と仲良く思い切り遊ぶために、今の時期からスキンケアをお願いします。水いぼやとびひになりそうな傷はありませんか？水いぼは、水遊びは可能ですが、掻き壊してしまう場合や皮膚の弱いお友達にも配慮して個別対応をいたします。お友達と一緒にプールで気兼ねなく遊ぶためにも、**わらび**保育園では治療をお勧めいたします。治療には時間を要することが多いため、今から計画的な受診のご協力をお願いいたします。



おねしょのおはなし

トイレトレーニングを終えて、日中はトイレに行けるのに夜はどうしても「おねしょ(夜尿)」がある。心配している方はいませんか？小学校就学まで続く『夜尿』は治療で治せる場合があります。正しい知識は子どもを救う！！知っているとなんかの力にもなれるかも？

心得そのⅠ

夜尿。本人はとて深く傷ついています。決して叱らないで。むしろ、ほめても良いそうです。

心得そのⅡ

良かれと思って夜中にトイレに起こすのはNG。夜間に排尿する習慣がついてしまうそうです。

心得そのⅢ

塩分の摂りすぎはNG。また、水分摂取は夕食までに。夕食後は飲まないか小さなコップ1杯程度に止めましょう。

心得そのⅣ

おしっこを溜める訓練が有効です。尿意があつてから、まずは3秒から5秒程度でも我慢させてから排尿させると膀胱を広げる効果あり。

5歳以降で、月に1回以上のおねしょが3か月以上続くものは「夜尿症」と定義されています。『夜尿症』の相談や治療は、医療機関によりますが5歳を過ぎて就学頃から可能だそうです。心配な場合は悩んだままでいるより、まずは相談から♪ 職員や看護師に声をおかけください♪

