

1月の感染症発生状況 (1月25日 現在)

ノロウイルス 1名

おなかの風邪という診断を受けたお子さんが何名かいらっしゃいます。

今月号は、「冬場の服装」と「ノロウイルスへの対応方法」をお知らせします。

### 冬場の衣服について

「子どもは風の子」こと言いますが、子どもたちは、雪が降っても楽しそうに遊んでいました! 聞いた話の中で、「脳は寒さを覚える」という話がありました。だから、子どもは薄着にして寒さに慣れさせたほうがよいという話でした。

では、どのようにしたらよいのでしょうか?今月号では、服装についてのお話を少しさせて頂きたいと思います。

#### まずは、下着について!

着なくてもいいという考えもあるでしょうが、残念ながら開園以来、冬場になると「お腹の風邪」と診断されるお子さんが多いのが現状です…。

あんずクラスは、まだ、ロンパースの方もいらっしゃると思いますが、「自分で!」の時期に差し掛かると、上下で分かれたものにしたほうがよいと思います。

空気の層を作り身体を温めるには、下着がとても重要になってきますので、寒くなってきたら、着せてあげてください。

そして、子どもには、「下着をズボン(スカート)の中にしまうように」と、いってください!おなかがでてしまうと冷えからお腹をこわしてしまうことが多々あります。保育園では、保育士にも気をつけるように伝えていますが、小さなお子さんは、保護者のみなさんご協力ください。

#### 上着について!

最近では、アウターとも呼ばれるジャンパー類ですが、モコモコしすぎると動きづらくなります。子どもたちは、楽しくて公園ではいろいろな遊具に興味を持って遊びます。遊びたい気持ちと、モコモコで動きづらい…では、この子どもたちの挑戦したい気持ちをどのように解決させてあげたらよいのでしょうか?

解決方法のひとつに、ベストがあります。体幹は温めながら、腕のモコモコ間はなくなり動きやすくなります。

冬場の服装については、いろいろな視点からの論調があります。ここでのお話はご参考までに…。そうそう、大人は、「くび」の付くところを温めるといいそうですよ。首、手首、足首、くびれ(腰・お腹)この冬も暖かく乗り切りましょう!