

保健目標：心身ともに健やかな子

◎保健衛生

◆健康教育

★健康管理

▼家庭へ協力お願い

	1期(4月~6月)	2期(7月~9月)	3期(10月~12月)	4期(1月~3月)
目標	<ul style="list-style-type: none"> 園生活に慣れる 戸外で元気に遊ぶ 健康に関心を持つ 水遊び・プール遊びを楽しむ 歯を大切にする 	<ul style="list-style-type: none"> 暑さに負けない体をつくる 暑い夏を元気に過ごす 生活リズムを整える 	<ul style="list-style-type: none"> 積極的に体を動かして遊ぶ 歯を大切にする 健康に関心をもつ 寒さに負けない体づくり 	<ul style="list-style-type: none"> 健康を守る 寒さに負けず元気に遊ぶ 進級、就学に期待を持つ 成長発達の確認
保健行事	<ul style="list-style-type: none"> ★身体測定(毎月初め) ★爪チェック(週初め) ★歯科検診・内科健診・ぎょう虫卵・尿検査 ◆虫歯予防集会(染め出し4・5歳児) ◆プール開き 	<ul style="list-style-type: none"> ◆熱中症予防について ◆子どもの健康とメディアについて ◆生活リズムについて(早寝・早起き・朝ごはん・朝うんちのリズム作り) 	<ul style="list-style-type: none"> ★内科健診・歯科検診・尿検査 ◆目の愛護集会(藻の健康について関心を持ち、) ◆鼻をかむ習慣をつける ◆咳エチケットについて知る ◆薄着習慣を身に付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ★保護者面談(予防接種・健康把握) ★新入園児オリエンテーション ★アレルギー児の確認(受診や指示に変更はないかなど)
健康教育	<ul style="list-style-type: none"> ・手洗い指導(2~5歳児) ・トイレの使い方(3~5歳児) ・蟻虫の話(3~5歳児) ・虫歯予防集会(染め出し指導4・5歳児) ・プールの約束(2~5歳児) ・足の洗い方(3~5歳児) ・子どもの健康とメディアの話(年間通し) 	<ul style="list-style-type: none"> ・うんちの話(朝うんち・下痢/3~5歳児) ・子どもの健康とメディアについて。 ・早寝・早起き・朝ごはんについて(紙芝居・歌) 	<ul style="list-style-type: none"> ・トイレの使い方(3歳~5歳児) ・朝の洗顔について ・手洗い・うがい指導 ・目の働き大切さを知る ・鼻のかみかた ・咳エチケット ・衣服の調節 	<ul style="list-style-type: none"> ・耳の話(3~5歳児) 耳の役割について ・就学前の取り組み(5歳児) ・おしりの拭き方(2歳~)
0歳児	<ul style="list-style-type: none"> ★食事・睡眠・遊びなど園のリズムに慣れる。 ★睡眠時呼吸チェックを行いSIDSを予防する ★健体調に合わせて康状態を把握し、環境の変化による体調の変化に注意する ★こまめに水分補給をする ★体調に合わせて少しずつ園庭の外気に触れる ★室温・湿度の調整、衣服の調整を行う ★RSウイルスなどの感染症に注意す ★ロタウイルスなどの下痢の発症に注意し室内の保清に努める 	<ul style="list-style-type: none"> ★こまめに水分補給を行う。 ★夏に流行する感染症などに注意し早期発見・早期治療につなげる ★活動と休息のバランスに気をつける ★皮膚トラブル(あせも・おむつかぶれ・虫刺されなど)に注意する ★冷房や冷たい飲みもので体を冷やさないように声をかける ★帽子に慣れる(1~4期) ◆オマルに慣れる 	<ul style="list-style-type: none"> ★気温の変化に伴い衣服の調節を行い厚着にならないように気を付ける ◎下痢や嘔吐の症状に注意し室内の保清に努める ★風邪などの合併症(中耳炎・気管支炎等)に注意する ◆鼻水がでたら保育者と一緒にかもうとする 	<ul style="list-style-type: none"> ★子どもの生活リズムについて保護者への理解を得、連携体制をつくる ★乾燥による皮膚トラブルの予防 ◎気温・湿度に注意し適度な環境を保つ ◆少しずつ便器に慣れる(朝うんち)家庭協力お願いする
1歳児	<ul style="list-style-type: none"> ★生活リズムを整える ★睡眠時呼吸チェックを行いSIDS予防をする(4~6月いっぱい実施) ★体調に合わせて戸外で元気に遊ぶ ★こまめに水分補給をする ★帽子に慣れる ★皮膚トラブルに注意する(虫さされ・とびひ等) ★室温湿度の調整、衣服の調整を行う 	<ul style="list-style-type: none"> ★こまめに水分補給を行う ★一人ひとりの健康状態に合わせて水遊びを楽しむ ★夏に流行する感染症などに注意する ◎人的、物的な環境を整えケガや事故を防ぐ(肘内障・転倒・かみつきなど) 	<ul style="list-style-type: none"> ◎下痢や嘔吐の症状に注意し室内の保清に努める ◆便器での排泄に慣れ、手を洗う ◆鼻を自分で拭くことができる(かもうとする) 	<ul style="list-style-type: none"> ▼生活リズムを整える(家庭協力) ▼トイレに座る習慣をつける ◆手洗いの仕方を知る
2歳児	<ul style="list-style-type: none"> ★新しい環境に慣れる★戸外で元気に遊ぶ ◆帽子をかぶる ◆脱水症や熱中症に注意し細目な水分補給を行う ◆体の異常が示せるように接する ◆汗をかいたり汚れたら着替える事を知らせる ◆手洗いの仕方を知らせ食前後・排泄後・外遊び後の手洗いを促す ◆はやね・早起き・朝ごはん ▼朝うんちについて知る(家庭協力) 	<ul style="list-style-type: none"> ★尿意・便意を感じたら保育者に知らせてトイレに行く。 ★全部脱がずに排泄する(膝まで) ★水遊びやプール・シャワー浴などの際、水いぼ・湿疹・創・下痢症状を細やかに把握する ★皮膚トラブルに注意する 	<ul style="list-style-type: none"> ◆健康な歯、虫歯について知り歯ブラシを食後の習慣として取り入れる ★戸外から帰ったら、手洗い・うがいを促す ◆気温・体調に合わせて衣服の調節を促す ◆鼻水に気づき、かむことができる ◎鼻水処理用の環境を整える ◆自分で排泄ができるようになる ◆自分で歯を磨く 手洗い指導 	<ul style="list-style-type: none"> ★空気の乾燥に注意し、水分補給を十分に行なう ◆生活リズムを整える(家庭協力) ★薄着で健康に過ごす ◆排泄後の始末を保育士に見守られてする ▼おしりの拭き方(家庭協力)
3歳児	<ul style="list-style-type: none"> ★戸外で元気に遊ぶ ◆水遊び・プールの約束を守ろうとする ◆手洗いの方法がわかり声かけて出来る ◆虫歯や歯の大切さを知り歯磨きに興味を持つ。 ◎室内に入る時は手足を洗う(戸外遊び・散歩後) ◆はやね・早起き・朝ごはん ▼朝うんちについて知る(家庭協力) 	<ul style="list-style-type: none"> ◆声掛けで水分補給ができる ◆身体の異常を知らせようとする(体調不良・ケガ) ◆遊具や道具の安全な使い方がわかる ▼ながらテレビを止める ◆7月から月一回歯磨き指導(染め出し) 	<ul style="list-style-type: none"> ◆気温・体調に合わせて促されながら衣服の調整をする ◆咳エチケットの方法を知る ▼ゲーム・スマホ・テレビの害について知る ◆生活リズム(早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち)の大切さを知り自らやろうとする 早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち)の大切さを知り自らやろうとする 	<ul style="list-style-type: none"> ◆戸外から帰ってきたら手洗い、うがいを促されてできる ◆排泄の自立
4歳児	<ul style="list-style-type: none"> ★戸外で元気に遊ぶ ◆体の異常やケガなどを知らせることができる。 ◆ケガの手当方法を知る ◆虫歯予防について分かり食後の歯磨きができ ▼朝うんちについて知る(家庭協力) ◆月一回歯磨き指導(染め出し) ▼ゲーム・スマホ・テレビの害について知る 	<ul style="list-style-type: none"> ◆脱水症や熱中症について知り、水分摂取や戸外活動時に帽子をかぶることができる ◆汗をかいたら促されて着替えができる ◆安全な水遊びのルールがわかる ◆危険な場所を知り安全な行動がわかる 	<ul style="list-style-type: none"> ◆気温・体調に合わせて衣服の調節を促す ◆手洗いが感染症予防につながる事を知り、排泄後、食前、外から帰ってきたら正しい手洗いができる 	<ul style="list-style-type: none"> ◆皮膚の異常を知らせる事ができ、スキンケアの方法がわかる ◆体調の変化を知らせる事ができる ◆生活リズム(早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち)の大切さかわかる
5歳児	<ul style="list-style-type: none"> ★戸外で元気に遊ぶ ◆体の異常やケガなどを知らせる事ができる ◆ケガの予防・簡単な手当ができる(自分で水で洗い流し拭く) ◆体の不調やケガを説明できる ◆意欲的に食後の歯磨きができる ◆健診を通して自分の体に興味を持つ ▼朝うんちについて知る(家庭協力) ◆性教育(大事な体)年間通して ◆月一回歯磨き指導(染め出し) ▼ゲーム・スマホ・テレビの害について知る 	<ul style="list-style-type: none"> ◆脱水や熱中症予防(活動中や前後に水分摂取ができる) ◆戸外で活動中は帽子をかぶる ◆汗をかいたり、衣服が汚れたら気づいて着替えができる ◆安全な水遊びができる ◆危険な場所・交通ルールがわかり守ろうとする ◆性教育(距離の取り方)年間通して 	<ul style="list-style-type: none"> ◆気温・体調に合わせて衣服の調節ができる ◆就学前健診を受ける 	<ul style="list-style-type: none"> ◆皮膚の異常を知らせる事ができ、スキンケアをしようとする ◆爪が伸びたら切ることの大切さかわかり、伸びた事に気づく ★成長を確認しあい共に喜ぶ ★就学に向けて精神的な訴えに注意する ★就学に向けて生活リズムを整える
保健だより連携	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの体調把握(アレルギー・脱臼・熱性痙攣等) ・保護者登園時検温願ひ4月 ・冷房と湿度管理について(保健だより) ・プール遊び健康チェックへの記入お願い(2~5) ・歯の健康について知る ・健診結果の報告 ・ながらテレビをやめる(メディアとの付き合い方を共有) 	<ul style="list-style-type: none"> ・正しい靴の履き方と選び方(保健だより) ・生活リズムについて ・熱中症予防の呼びかけ(暑さ指数表示・外出時の工夫など) 	<ul style="list-style-type: none"> ・薄着の励行、手洗いうがい、下痢嘔吐時の対応、 ・健診結果報告 ・健康(乾燥肌予防・保湿) ・保健だより(鼻のかみかた・薄着について) ・10月アンケート実施・12月集計配布予定 ・生活リズムのフィードバック 	<ul style="list-style-type: none"> ・就学前MR予防接種の促し、虫歯治療の促し ・生活リズム-就学・進級前の子どものケア ・生活リズムの大切さについて(保健だより) ・アレルギー児の確認(病院受診時、生活管理表)
職員	<ul style="list-style-type: none"> ・職員健康診断 ・ベビーカー使い方確認(0・1担任・フリー) ・心肺蘇生・AEDの使い方 ・嘔吐の処理の仕方 ・子どもとメディアの害について ・ケガは流水で流す ・保湿剤、軟膏、血の手当など手袋着用で行う ・性教育について(年間通して) 	<ul style="list-style-type: none"> ・心肺蘇生法・AED研修(園内研修) ・早寝早起きの生活リズム作りについて ・プール・水遊び時の安全につて 	<ul style="list-style-type: none"> ・インフルエンザ予防接種 ・うんち劇(12月) 	<ul style="list-style-type: none"> ・年間計画振り返り(園内研修) ・新入児オリエンテーション