



すこやか

令和2年度5号

〔発行〕
みよし市内
子育て支援センター

み 見つけよう よ 喜びいっぱい し 支援センター

衛生・清潔

感染症予防のためにも、衛生面に気を配ることが多くなる季節。手洗いの習慣を身につけたり、清潔にする“こちよさ”に子ども自身が気づけるようにしたいですね。

Scene1

手洗いの大切さを知る



食事やおやつの前、トイレのあと、外から帰った時など、手洗いの習慣を身につけられるように丁寧に関わっていきましょう。

Scene2

食後の清潔

手や口のまわりを拭きながら「きれいになったね」「気持ちがいいね」と毎日繰り返し言葉をかけ、清潔にする心地よさを伝えていきましょう。



Scene3

きれいにする経験を重ね自分で清潔にしようとする力を身につける



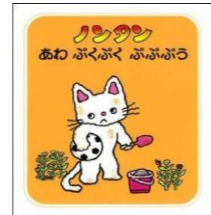
鼻水が出たら拭いてきれいにしてもらう経験を重ねていると、鼻水が出たら感覚でわかるようになり、「はな、でた」と知らせてくれたり自ら拭こうとする行為につながります。

絵本の紹介

「きゅっきゅっきゅつ」
作：林明子 福音館書店
汚れたところを清潔にするという日常も「きゅっきゅっきゅつ」と言いながら拭いてあげるとより楽しくなります。赤ちゃんがぬいぐるみをお世話する様子や動物たちのほのぼのとした表情がお子さんの心をとらえる絵本です。



「ノタン あわぶくぶくぶぶう」
作・絵：キヨノ サチコ 偕成社
お風呂がとっても大好きになる絵本です。「しやわしやわしやわー」でいろいろな動物が出てくる場所がわくわく心を引き付けられます。最後はみんなぴかぴかいい気持ちになります。



Q&A はなかみ・うがい



Q, 1歳8ヶ月です。鼻がつまっていて苦しそうです。どのようにして鼻のかみかたを教えたらいいですか？

最初は声をかけ、紙で優しく鼻を押さえる。片方ずつ鼻を押さえて「こちをフン！」と言いながら息を出させる。片手で頭を優しく押さえると安定する。



慣れてきたら子どもが紙で押さえる。大人が片方ずつ鼻の穴を押さえて、息を出すように促す。気持ちが乗らないときは、無理強いはいらない。子どもの片方の鼻を軽く押さえ、大人も一緒に鼻から息を出す。



Answer

1歳児後半から2歳頃には、「お鼻が出ているね。鏡を見てごらん」と鼻水が出ている状態を見て確認できるようにしましょう。



Q, 上を向いた「がらがらうがい」は、いつごろからできるようになりますか？

ぶくぶくうがいのコツ
口の中で左右交互に水を移動する。

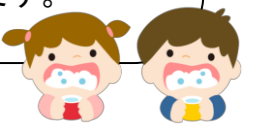


がらがらうがいのコツ
まずは、水を含まず上を向いて「あー」といえるか、チェックする。



Answer

1歳後半頃になったら、コップの水を口に含み、「べーっ」と吐き出すことから始めましょう。2歳を過ぎたらぶくぶくうがいに移行し、上向きでのうがいは3歳を過ぎてからで十分です。



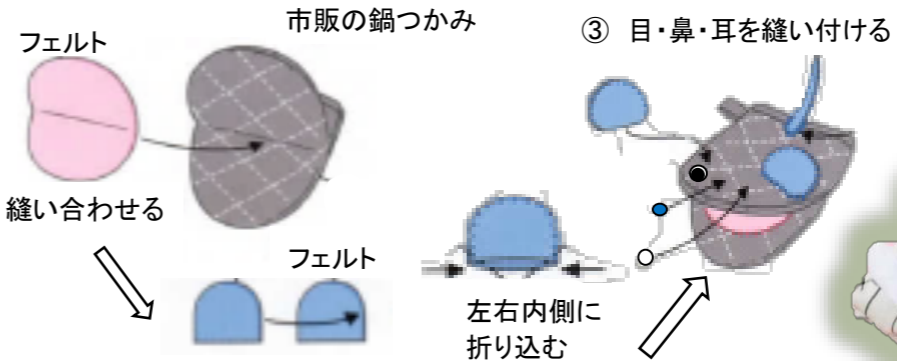
手作りおもちゃで遊んでみませんか？

優しい手触りで子どもたちも大好きな布のおもちゃ。既製品を上手に利用して、短時間でラクラク作れるアイデアをご紹介します。

手作りおもちゃ「鍋つかみのパクパク動物」



☆作り方(ねずみ)



※ほかの動物も同様に作れます。



子どもたちはみんな動物が大好き！！
手作りおもちゃを作ってお子さまと楽しんでください。