



歩き方はきれいですか ～運動の基本「歩き方」～

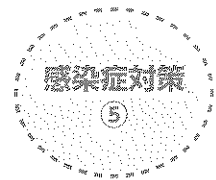
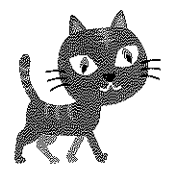


歩き方がきれいになると、何をやるにも自信がもて、落ち着きも出てきます。
運動能力もぐっと伸びてきます。

正しい歩行の姿勢

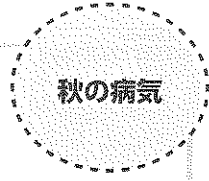
1. 背筋がのび、左右のバランスが良い
2. 前足の踵から着地し、足の裏全体に体重をかけ、最後は爪先で地面を蹴るように前に進む
3. 速歩で一直線上を歩ける
4. 左右の足はほぼ平行に運び、爪先があまり外側に向かない

このようなきれいな姿勢で歩けますか。
お子さんの歩く姿勢が悪かったり、バランスが悪い感じがした時には
○片足で全体重を支えられるかチェックし、不十分でしたらまず、片足で立つ訓練をしましょう。
○一直線上を、きれいに歩く練習(遊びながら)をしましょう。



『保育所の感染症・病気をめぐって』⑤

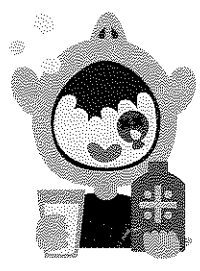
日本保育園保健協議会 会長
浜町小児科医院 医師 遠藤 郁夫



食中毒や夏のかぜ(手足口病、ヘルパンギーナ、プール熱など)もまだ流行する時期です。また、溶連菌感染症、マイコプラズマ肺炎、感染性胃腸炎などは冬に向かってだんだん増加していきます。昨年はマイコプラズマ肺炎が非常に流行しました。

秋になると冬の病気(インフルエンザ、RSウイルス感染症)なども少しずつ始めます。なお、冬の病気の出始める時期が最近次第に早くなってきていると言われています。

秋から冬の感染症は気管支炎や肺炎など呼吸器への影響が強いものが多く、特に乳児期には重症化しやすく、注意が必要になってきます。この時期は、咳が出始め、食欲が低下してきたら気管支炎か肺炎に罹っています。しっかりした医療が必要になりますので要注意とみてください。



地域での支援体制

感染症サーベイランス
(7月号 No. 231 で紹介) の充実を

○感染症対策の第一歩は感染症の流行状況をしっかり見極めることから始まります。いま全国ではどんな感染症が流行しているのか、自分の生活している都道府県ではどうなのか、市町村ではどうなのか日頃から感染症情報には気をつけておきましょう。

そのためには、正確な情報が必要なのです。正確な信頼できる感染症情報は、保護者の方が毎日の感染症情報を正確に保育所へ届け、



保育所が「保育園サーベイランス」へ毎日情報を送っておけば、間違いなく時々刻々正確な情報が得られていきます。

園内感染症情報を園外にも

○どこの保育所でも園内の感染症の流行状況は掲示板などで、毎日保護者に分かるように広報しています。しかし、この保育所感染症情報を市町村単位でまとめたり、広域の感染症情報として利用しなければ、感染症対策もいま一つ十分とは言えません。このような体制を、どの保育所もめざしましょう。

感染症対策を園医および医師会でサポートを

○保育所における感染症対策は、専門家である園医の意見を十分にとり入れ、自園で十分対応できる対策をたてましょう。

○園医に働きかけ地域の医師会の協力を得て、地域の感染症情報をなるべく早く正確につかんでおきましょう。地域で流行っている感染症は家族を通して園児へも感染する恐れがあります。地域における感染症の流行状況にも、いつも気をつけておきましょう。