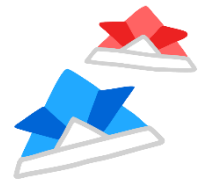




ほけんだより



令和6年 5月 あいあい浜寺中央こども園

新緑がまぶしく、さわやかな風が吹く季節になりました。新年度が始まり1ヶ月が経ち、最初は不安そうだった子どもたちも、少しずつ新しい環境にも慣れて、自分のペースで園生活を楽しめるようになってきました。

5月は連休もあり、家族で外出する機会も多くなります。生活リズムを整え、睡眠やバランスのとれた食事をしっかりととり体調管理に気をつけましょう。



全身を動かして遊ぶにはとても良い季節になりました。新陳代謝が盛んな乳幼児期は、少しの動きでもたくさんの汗をかきます。汗をかいたり、遊びで汚れたときに着替えられるように、着替えの準備をお願いします。

天気によっては気温が上下しやすく、朝晩と日中の気温差が大きいです。調節しやすい服装をお願いします。

紫外線対策

一昔前は、太陽の光を浴びて日焼けをするのは健康によいとされてきましたが、現在では過度の紫外線を浴びると肌に悪影響を及ぼすことが認知されてきています。屋外で遊ぶ機会の多い子どもにこそ、しっかりと紫外線対策を行いましょう。

普段から帽子をかぶる習慣を付けたり、日差しの強い季節は、UV加工を施した服を着用するなどの対策をしましょう。それでも日焼けをしてしまったら、冷やしたタオルなどで患部をしっかり冷やしましょう。



爪はきれいかな？

子どもたちは様々な物に触れるため、爪の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。汚れが溜まると炎症を起こし、つめの病気になってしまうので、手洗いで清潔にしましょう。落とすきれいな汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。

また、爪が長いと、どこかにひっかけてしまったり、お友だちを傷つけてしまうことにもなりかねません。お家で1週間に一度はチェックし、伸びていたら切るようにしましょう。

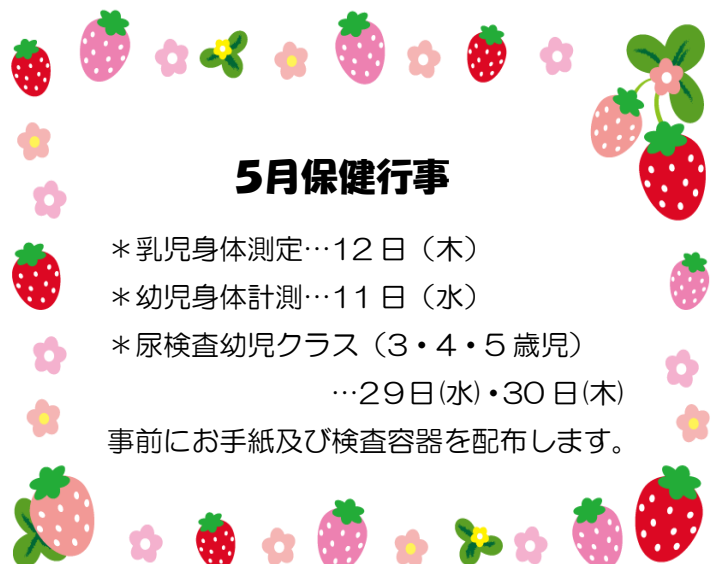
深爪には注意をしましょう。



4月感染症発生状況

◎RSウイルス感染症…1名

◎新型コロナウイルス感染症…1名



5月保健行事

*乳児身体測定…12日(木)

*幼児身体計測…11日(水)

*尿検査幼児クラス(3・4・5歳児)

…29日(水)・30日(木)

事前にお手紙及び検査容器を配布します。