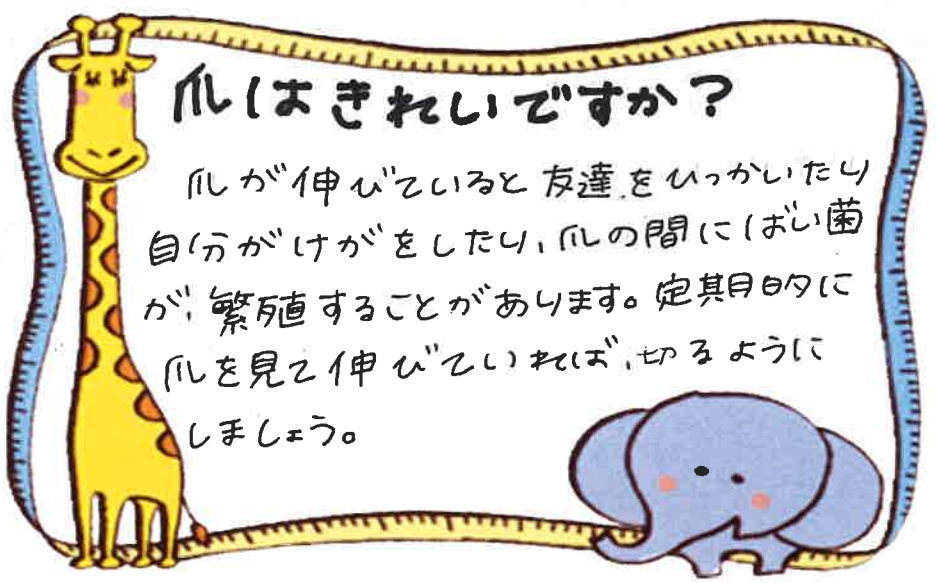




# 5月のほけんだよ



新年度が始まって1ヶ月が経ちましたが、お子様の体調はいかがですか？ 皆様たちは新しい環境にも慣れてきて、そろそろ疲れも出てくる頃です。体調を崩しやすく、心身ともに規則正しい生活をして、元気いっぱい過ごせるようにしましょう。そしてこの時期に急に気温が高くなると、体が暑さに慣れていないため、熱中症になることがあります。外で活動あるときは、日差しを防ぐ服装をしてこまめに休憩を取り、水分補給をしましょう。

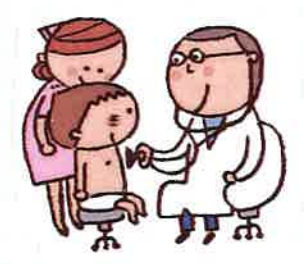
## 爪はきれいですか？

爪が伸びていると友達をひかいたり、自分がけがをしたり、爪の間にばい菌が繁殖することがあります。定期的な爪を見て伸びているば、切るようにしましょう。



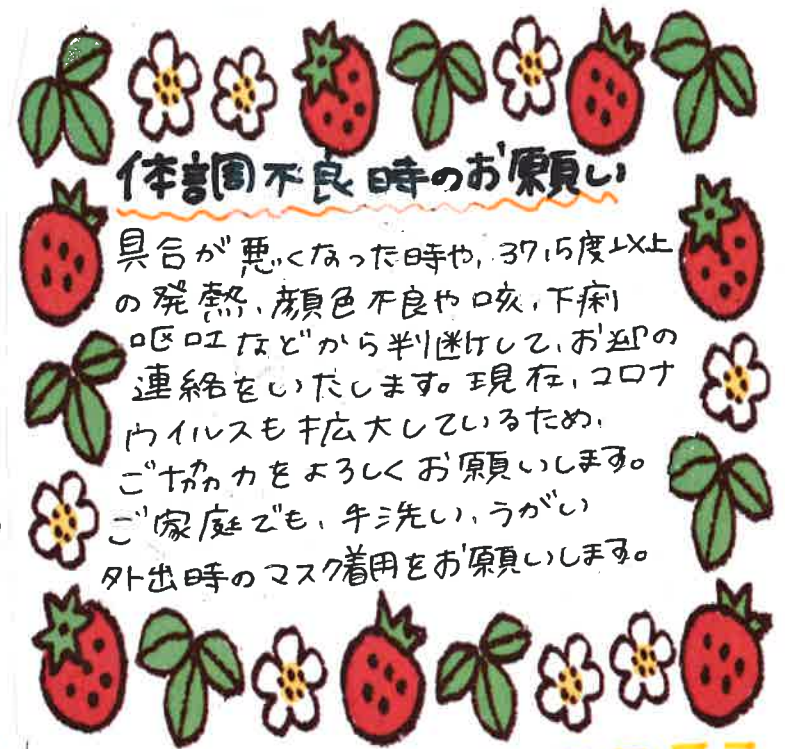
## 園でのけがの処置について

すり傷などの日常的なけがは、できる限り園で対応させていただきます。基本的に消毒液を使用し、きれいに洗い、様子観察をさせていただきます。お迎の際お伝えいたします。ご家庭でも様子観察をお願いします。



## 検診のおしらせ

内科検診、歯科検診を5月に予定していましたが、コロナウイルスの影響により6月に延期となりました。日時は未定ですが、3月より次第にお伝えします。



## 体調不良時のおお願い

具合が悪くなった時や、37.5度以上の発熱、顔色不良や咳、下痢、嘔吐などから判断して、お迎の連絡をいたします。現在、コロナウイルスも拡大しているため、ご参加をよろしくお願いたします。ご家庭でも、手洗い、うがい、外出時のマスク着用をお願いたします。

よい生活リズムを整えることが健康に過ごす基本。ぜひ実行してあげてください。

生活リズムを整えよう

- 早寝早起を覚悟し、お子様が夜遅くても9時までには寝て朝は7時までに起きるよう促しましょう
- 朝ごはんを食べよう  
朝ごはんを食べないとぼーっとして、活力がわいてきません。元気の源、朝ごはんは必ず食べましょう