

保健だより

平成 30 年春号
ふたば保育園

5 月も中旬になり、入園や進級から 1 か月半がたちました。子どもたちは、慣れない集団生活や新しい環境の変化から、体調を崩すお子さんが多くみられました。引き続きお子さんの体調に気をつけて過ごしていきたいと思います



健康診断のお知らせ

- 内科健診 (年 2 回)
5 月 28 日 (月) と 10 月 22 日 (月)
- ぎょう虫卵検査 全園児 (年 1 回)
6 月 18 日 (月)
- 歯科検診 2 歳児以上 (年 1 回)
6 月 28 日 (木)
- 尿検査 満 4 歳以上 (年 1 回)
9 月予定

～お休みしないようにしましょう～

お世話になる先生です

- ◆ 内科健診：大山信義先生
(おゆみ野南医院)
- ◆ 歯科検診：徳田和弘先生
(徳田歯科医院)

内科健診や歯科検診で何か聞きたいことが
ありましたら、担任まで
お知らせください。

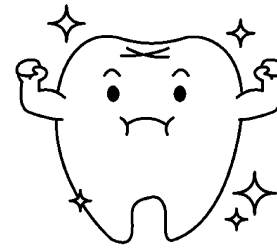
保育室の温度設定は

外気温 - 5℃以内

大人にとっては少し暑いと感じると思いますが子どもたちは汗をかくことで体温調節機能を養っています。子どもたちの体調をみながら、こまめな水分補給と休憩時間をとっています。

6 月 4 日は虫歯予防デー

◎歯科検診で虫歯があったお子さんへは個々に連絡します。



ぎょう虫卵検査があります。6 月 18 日 (月) が提出日です。
朝起きて排尿、排便の前にしてください。2 日続けて行います。
検査シートが新しくなっていますので、袋裏面のシートの使い方を
確認してください。

長い髪はゴムで縛りましょう。

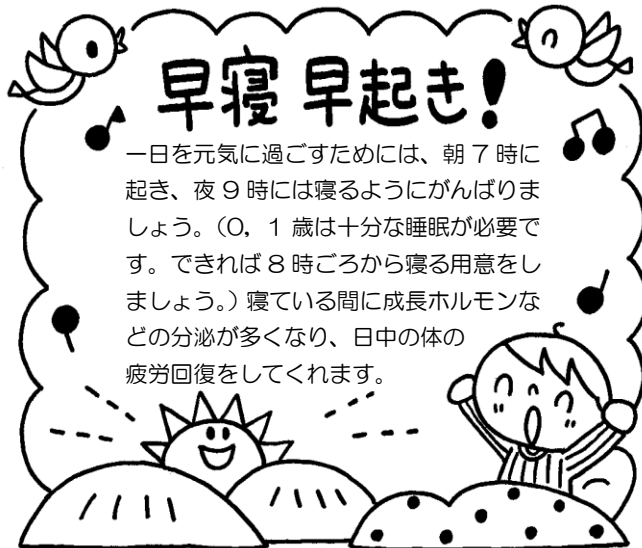
食事中に髪が口の中に入って、クチャクチャ食べていたり、遊びの中で髪を何度もかき上げて、遊びに集中できないお子さんがいます。
登園時には、必ず髪をしっかり結び清潔とオシャレを意識させてあげましょう。黒色か茶色のゴムで縛りましょう。

半袖のシャツがなぜいいの？

汗を吸い取る、温度を調節するなどの理由から下着は半袖のものがよいといわれています。「暑くないの？」と大人は思っていますが、汗をかいて吸い取らない方が身体を冷やしてしまいます。また、冷房で肩を冷やさないと利点もあります。

早寝 早起き!

一日を元気に過ごすためには、朝 7 時に起き、夜 9 時には寝るようがんばりましょう。(0, 1 歳は十分な睡眠が必要です。できれば 8 時ごろから寝る用意をしましょう。)寝ている間に成長ホルモンなどの分泌が多くなり、日中の体の疲労回復をしてくれます。



なぞなぞコーナー(お子さんと楽しんでね)

- 1・黄色い顔で綿毛になってフワフワ飛び回るお花はだあれ？
- 2・大きくてすくすく伸びて、かぐや姫のお家になるのが夢なんです。私はだあれ？
- 3・ふわふわベットにひとつ、ふたつ、みっつ。すやすや眠っている大きなおまめさんななに？

