



ほけんだより



令和4年5月19日(木)

うえだこども園

新緑の美しい5月。元気にあそぶ子どもたちの姿に、さわやかな風が吹き抜けます。ゴールデンウィークを楽しく過ごしたあとは、少しバランスを崩すこともありますので、ご家庭と連携をとりながら、お子さんの様子に気を配って行きたいと思います。

感染症の心配も続いています。引き続き、毎日の健康観察と検温をお願いします。体調がすぐれないときには大事をとってご自宅で様子を見ていただきますようお願いいたします。

発熱のあったお子さんは、解熱後2日間は登園を控えていただきますよう、ご協力をお願いいたします。

また、家族の方が発熱、下痢、嘔吐等、体調がすぐれないときも園にお知らせをお願いいたします。



正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう!

せっけんを泡立てて……



チェック!

指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね

生活リズムを身につけよう

入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ実践してみてください。

① 早寝早起きを意識して

眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までに起きるように促してみましょう。

② 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。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。

③ うんちは済んだかな?

朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はおうんちタイムをとり、トイレに座りましょう。

歯科検診のお知らせ

日程：6月3日(金)

対象児：全園児

時間：9時～小さい組から行います

送ってくる方は

8:50までの登園にご協力ください

今年度は事前アンケートはありませんが、当日の検温で37.0度以上の発熱があった場合は、検診を控えていただき、後日小松歯科診療所さんで受診をしていただくこととなりますのでご了承ください。

