



ほけんだより 5月号



新年度がスタートして、あっという間に一か月がたちました。子どもたちは新しい環境にも少しずつ慣れてきましたが、連休明けは疲れが出やすい時期です。十分な睡眠と休養をとって、体調管理に注意していきましょう。

目安を守って、元気に登園しよう

熱やおう吐、下痢などからの病み上がりは、家では元気でも園で長時間過ごすまでには回復していないことはよくあります。そんな時期に無理をすると、ぶり返してかえって長引くおそれがあります。

登園再開の目安を守って、しっかり回復する時間をとってください。

インフルエンザなどの感染症は、登園再開の目安が決まっています。診断を受けたら、園にご連絡ください。



熱

- ・前の日に **38** 度を超える熱が出ていない
- ・解熱剤を使ってから24時間たっている

おう吐

- ・前日(24時間以内)におう吐がない
- ・食べたり飲んだりしても吐かない

下痢

- ・前日(24時間以内)に、形のないやわらかい便が出ていない
- ・通常の食事を食べても下痢のような便が出ない

内科健診

5月11日(木)

調べる内容は…?

- ・やせ過ぎ、太り過ぎはないか
- ・心臓、呼吸の音は正常に聞こえるか
- ・骨や姿勢はゆがんでいないか
- ・皮膚の様子に異常はないか
- ・病気にかかっていないか



●前日におうちでできてほしいこと●

- ・お風呂で体をきれいにできてください。
- ・衣服には名前を書いてきてください。
- ・髪の毛の長いお子さまは結んでください。

爪はきれいかな?



子どもたちは様々な物に触れるため、つめ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。汚れがたまると炎症を起こし病気になってしまうので手洗いで落ちない汚れはお風呂できれいに落としてあげましょう。つめが長いとどこかにひっかけたりお友達を傷つけてしまうこともあります。おうちで定期的に爪切りをお願いします。

