

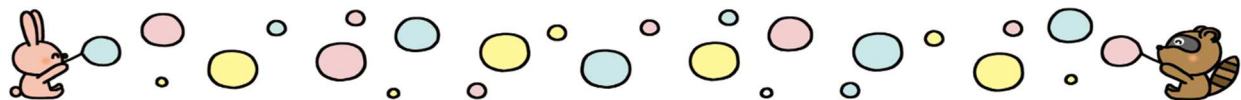


ほけんだより 5月号



令和4年5月2日発行
みちのこ保育園

5月が始まりました。多くの子ども達は、新しい環境に慣れ、少しずつ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。一方、連休が増えて生活が乱れがちになってしまうので、生活リズムを崩さないように注意して下さい。



歯科健診



歯科健診では次の項目を調べます。
○歯並び・かみ合わせ・あごの関節に異常はないか
○虫歯はないか
○歯垢が付いてないか
○歯肉が腫れていないか
健診の日、朝食後、丁寧に歯みがきをしてきましょう。

5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登園もしたくなくなります。

5月のイヤイヤ期の脱出法は？

- お風呂に入って心と体の疲れを取る
- たくさん体を動かして元気よく遊ぶ
- 睡眠時間をしっかりとる
- 3食しっかり食べる



忘れ物はないですか？

外遊びが増えるこの季節。元気に遊んだ後は、手洗い・うがい、汗をかいたら着替えをします。子どもたちが清潔な園生活を過ごせるように、手拭きタオル、着替え、帽子、コップ、お布団、などの忘れ物をしないよう、登園前の確認をお願いいたします。また、名前の記入を忘れないようにしてください。



爪はきれいかな？



子どもたちは様々な物に触れるため、爪（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。汚れが溜まると炎症を起こし、爪の病気になってしまうので、手洗いで落としきれない汚れは、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引っかけてしまったり、お友達を傷付けてしまうことにもなりかねません。おうちでは定期的に切ってくださいるようにお願いいたします。