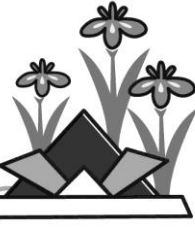


5月のほけんだより



新年度がはじまって約1か月が経ちました。新しい環境に戸惑いもあったかと思いますが、少しずつ自分のペースでこども園での生活を楽しめるようになってきたころかと思います。連休を楽しく過ごし心も体もゆっくと休ませて、また元気な笑顔に会えるのを待っていますね。

看護師 萩原



大型連休中の注意点



○連休中の病気やケガについて

お子さんの急な体調変化に備えて、連休中のかかりつけの診療日や休日当番医を確認しておきましょう。夜間に具合が悪くなった場合はこども急病電話相談を活用しましょう。

こども急病電話相談（小児救急電話相談）#8000
月～土曜：19時～翌朝8時
日曜祝日：8時～翌朝8時（24時間対応）

また、こどもの救急ホームページ（日本小児科学会）
<http://kodomo-qc.jp/>では、子どもの急な病気で心配な時に、病院にかかった方がいいか、Q&Aで判断の目安を提供していますので、利用してみてください。

連休中に病気や大きなケガをした場合は、登園時にお知らせください。



身体測定日



4～5歳児 5/12（火）
1～3歳児 5/13（水）

○当日はパンツ（オムツ）と肌着を着て測定します。髪は頭の上には結ばないようお願いします。

運動会に向けての活動が始まっています （3・4・5歳児クラス）

熱中症やケガを予防するため、以下のことに気をつけましょう。慣れない練習が続く、疲れが溜まりやすいので、お家ではゆっくり休んでください。

- 睡眠、朝食をしっかりとりましょう。
- 伸びた爪は切りましょう。
- 動きやすくサイズの合った靴を履きましょう。
- こまめに水分を摂りましょう。水筒の中身を多めに持たせてください。



熱中症予防対策について

気温や湿度が上昇し、熱中症が心配な季節になってきます。園では熱中症を予防するために以下の対策を行っています。

- こまめに水分補給や休息を促します。
- 環境省が発表する熱中症警戒アラートや暑さ指数（WBGT）を毎日確認し、それらをもとに外遊びや室内での激しい運動や時間を制限します。

ご家庭では以下のことについてご協力をお願いします。

- 水筒の中身を多めに持たせてください。
- 睡眠を十分にとり、朝ごはんをしっかり食べましょう。
- ※少しの時間でも、車の中に子どもだけ残して離れることは絶対にやめましょう。

5/8（金）4歳児園外保育

- 前日は早めに寝ましょう。
- 当日は朝ごはんをしっかり食べトイレを済ませましょう。
- 履きなれた靴を履きましょう。
- バス酔いしやすい場合は酔い止めを検討してみてください。

😊 みんなで楽しく過ごしましょうね 😊