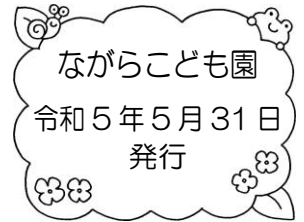




# 6月のほけんだより



ながらこども園

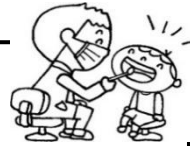
令和5年5月31日

発行

梅雨の季節になりました。蒸し暑く感じる日もあれば、雨がひんやり冷たい日があったりと体調を崩しやすい時期です。梅雨の合間に突然気温が上がる日は、まだ体が暑さに慣れていないため熱中症にも注意が必要です。睡眠・食事をしっかりとって体調を整え、元気に過ごしていきましょう。

看護師 萩原 あずさ

## 内科健診・歯科検診のお知らせ



6/14(水) 歯科検診 全園児対象 ながら歯科医院 阿多先生

6/21(水) 内科健診 全園児対象 聖光会病院 齋藤先生

○当日欠席された場合は、後日指定された日時に聖光会病院または、ながら歯科医院で健(検)診を行います。その場合は保護者の同伴が必要になりますので、あらかじめご了承ください。

○歯科検診0、1、2歳児はバスタオルを使用します。1人1枚名前を書いて忘れずにお持ちください。

○健(検)診の結果、受診の必要があると判定された方は、必ず医療機関を受診して、園に結果をお知らせください。

## 身体測定日



3~5歳児 6/20(火)

0~2歳児 6/22(木)

当日は着脱しやすい服装で、髪を結んでいる場合は頭の上には結ばないようお願いします。



## 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した。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。

○水筒の水分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と食べましょう。

※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。

## お子さんの歯を大切に



6/4~10は「歯と口の健康週間」です。これからも仕上げ磨きをしっかり行い、お子さんの健康な歯を守りましょう。

## 6/23から プール遊びが始まります

安全に楽しく遊べるよう、ご家庭での準備にご協力をお願いします。

○目・耳・鼻や皮膚に病気がある場合は、プールに参加して良いかあらかじめかかりつけ医に確認してください。※水いぼは医師が認めた場合でも、園の方針として参加できません。

○朝の健康チェックを必ず行い健康連絡カードを記入して忘れずにお持ちください(プール期間は、プールカードを兼ねさせていただきます)。

○爪は短く切り、髪が長い場合は束ね体を清潔に保ちましょう。

○前日は睡眠を十分とり、当日は朝ごはんを食べましょう。

○当日は疲れを残さないよう十分な休息がとれるようにしてください。

