

おひさま

ながかみ 保健だより
2025年4月号 文責 山下美香子

大きな家の大きな家族のみなさん、入園・進級おめでとございます。
園内には色鮮やかな花々が咲いており、子どもたちの成長をお祝いしてくれているようです。

日中は、寒暖差が残るため1日の気温差を感じます。生活リズムを整え、心身ともにゆとりのある生活を過ごしていきましょう。



保健 年間スケジュール

- ★内科健診 春 5月14日(水)、21日(水)
秋 10月15日(水)、22日(水)
- ★歯科健診 7月 3日(木)
- ★視力検査 7月頃(すだち・あんず)

※ 詳細は追ってご連絡します。健診当日、登園のご理解ご協力をお願いします。



園生活を元気に過ごしていくために

新しいお部屋での生活が始まった子どもたち。大きくなった喜びとともに、園生活をはりきって過ごしています。お家に帰ると、普段はできることを「やって!」とご家族に甘えてきたり、泣いたりグズグズすることはありませんか?

また同時に、お子さんが**疲れのサイン**を出し、発熱、風邪症状などでお休みされている子もみられます。

新しくながかみの家族になったお友だちと共に、お子さんのからだところが園の環境に順応していけるよう、登園前の健康観察を気にかけていただけると幸いです。

疲れのサインとは?

- *朝からあくび
- *ボーっとしている
- *食欲がない
- *グズグズ言う
- *アレルギーが出る
- *ベタベタまとわりつく
- *顔色が悪い
- *いつになく元気がない
- *顔つきが普段と違うなど



蓄積

発熱
風邪
胃腸症状



季節のかわりめ、洋服を見直してみませんか?

先月のおたよりでもお知らせしましたが、冬に着用していた「**長袖の肌着、厚手の洋服やジャンパー、毛糸の帽子**」などを、春模様に衣替えしていきましょう。寒暖差に気づけるよう、スタッフから声かけを行っています。

また、湿度が高かったり暑さを感じる日は、こまめな水分補給の声かけをしていきます。

