

ほけんだより

5月

令和7年4月25日
中央区立月島幼稚園

新しい生活が始まって、1ヶ月経ちました。新入園児たちも、少しずつ園生活に慣れてきているように感じます。4月は環境の変化と季節の変わり目で疲れやすく、鼻水や咳など体調を崩す子どももいました。5月は、緊張がゆるみ、疲れから体調を崩したり、ケガが増える時期でもあります。自宅での様子や体調の変化など登園時にお伝えください。幼稚園でも子どもたちの健康観察を丁寧に行い、体調の変化に注意していきたいと思ひます。



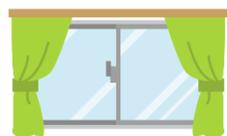
養護教諭の^{はせがわ まゆこ}長谷川 真悠子です。
みなさんの元気な毎日をサポートしていきます。
よろしくお祈ひします。

これから1年間お届けする「ほけんだより」では、お子さんの体と心の健康についてお知らせしていきます。ぜひ、お子さんと一緒にお読みください。



5月のほけん目標 生活リズムを整えよう

生活リズムは **早起き** でリセット！



朝、起こすときにはカーテンを開けて外の光を入れましょう。直射日光でなくても大丈夫です。

早起きのコツは、
「起きたら日の光
を浴びること」

朝ごはんは必ず食べましょう。体を目覚めさせてくれるだけでなく、体を動かすエネルギー源として成長を支えるためにも欠かせません。



5月の保健行事

- 5月 1日(木) 4.5歳 体重測定
- 5月 7日(水) 全学年 眼科検診
- 5月 9日(金) 全学年 耳鼻科検診
- 5月 13日(火) 3歳 身体測定
- 5月 20日(火) 全学年 歯科検診
- 5月 29日(木) 3歳 内科検診

眼科検診

目に病気や異常がないか調べます。



耳鼻科検診

耳、鼻、のどに異常がないか調べます。



内科検診

心臓や肺の様子、皮ふや骨、栄養状態、運動器の状態などを調べます。

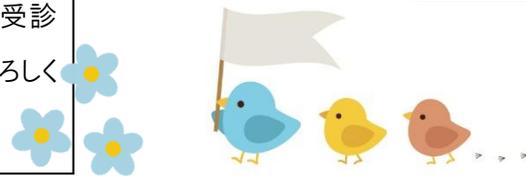


歯科検診

むし歯や歯ぐき、噛み合わせなどを調べます。



「検診結果のお知らせ」は、病気や異常の疑いがある場合にお渡ししています。必ず病気であるというわけではありませんが、治療や詳しい検査が必要な場合がありますので、医療機関に受診していただくよう、ご協力よろしくお祈ひします。



爪はきれいかな？

子供たちは様々な物に触れるため、爪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います。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ひっかけてしまったり、友達を傷付けてしまうことにもなりかねません。ご家庭で定期的に爪を切ってくださいるようお祈ひします。