



# ほけんだより 5月号



春の風が心地よく、さわやかな気分になれる5月。しかし、体や心に疲れが出て、けがをしたり、体調を崩したりしやすい時期でもあります。規則正しい生活をして、元気いっぱいにご過ごせるようにしましょう。

## 健康診断のお知らせ

5月30日(水) 10:00~

日ごろ気づきにくい病気を早く発見したり、成長を知ったりすることは、子どもの健康を守るためにとても大切です。医師に聞いておきたいことなどがあればお知らせください。また、当日はできるだけお休みがないようお願い致します。



## 発熱後の登園について

熱が出ると体力が奪われて、体は一時的に弱った状態になります。熱が下がってもすぐに登園せず、最低でも1日は家庭で様子を見ながら、安静に過ごさせてあげたいですね。また、登園前夜や登園当日は、解熱剤を使用せずに37.4℃以下に解熱してから当園するようお願い致します。



## 5月31日は世界禁煙デー

子どもたちがタバコの害に

さらされないために



タバコは吸うけれども、子どものいない部屋で吸う、ベランダや屋外に出て吸うといった保護者の方もいるかもしれません。しかし、タバコの残留成分は、衣服や頭髮、呼気などに残ってしまいます。洗濯物などのそばで、タバコを吸うと喫煙によって発生したタール成分や臭いが衣類などの表面に付着します。こうした残留成分に結局、子どもたちはさらされてしまうのです。

ぜひ、子どもたちの健康のためにもタバコの煙のない環境を与えてあげてください。

## 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、ハンカチ、ティッシュ、着替え(色落ちや汚れても構わないものを2~3組)、歯ブラシ、コップ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。

