

5

月号 ほけんだより



新しいクラスになってから一か月が経ち、多くの子どもたちは環境に慣れ、少しずつ自分のペースで保育園での生活を楽しめるようになってきました。

一方、ゴールデンウィークで連休が増え、生活が乱れがちになってしまいますので、生活リズムを崩さないように注意していきましょう。

生活リズムを大切にしましょう

毎日、元気に登園できるよう、毎朝の体調チェック！と生活リズムを大切にしましょう！

- ① **早寝、早起き** : 一日を元気に過ごすためには朝7時までに起きて、夜9時くらいには布団に入れるようにしましょう。
- ② **朝ごはん** : 朝ごはんは、起きて活動するためのエネルギー源です。
- ③ **朝の排便** : 朝ごはんをしっかり食べると腸の動きも活発になり排便習慣がついてきます。



健診についてと囑託医のご紹介

保育園では年2回(5月・10月)、内科健診、歯科健診を行います。

やむを得ず欠席される場合は、後日囑託医の医療機関にて健診を受けていただきますのでご了承下さい。なお、ご家庭の都合でお休みする場合には、健診時間に登園し、健診を受けていただくことも可能ですのでご相談下さい。

● 5月9日(水) 10時～ 歯科健診

ア歯科有馬診療所 : 大崎市古川稲葉三丁目 3-12 TEL 0229-23-8816

・食後に必ず歯磨きをしてきましょう。

● 5月15日(火) 13時～ 内科健診

ありま小児科医院 : 大崎市古川駅南二丁目 4-20 TEL 0229-22-7070

・事前に質問事項等をご家庭で記入していただきます。

5月1日(火)に配布を致します。5月8日(火)までに提出お願い致します。

4月の感染症報告

・インフルエンザ(A型) 2件 でした。

* 感染症に罹患後登園するには【登園許可書】の提出をお願いいたします。