

おひさま

ながかみ 保健だより
2024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、朝晩の肌寒さが残るため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15日(水)、22日(水) |
| | 秋 | 10月16日(水)、23日(水) |
| ★歯科健診 | | 6月20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。登園へのご理解・ご協力をお願いいたします。



園生活を休まず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、できることを「やって!」とご家族に甘えてきたり、グズグズ言ったりすることはありませんか?

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増えてきています。

新しくながかみの家族となったお友だちと共に、園の環境にお子さんのからだどころが順応していけるよう、登園前の健康観察も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
- *ベタベタまとわりつく
- *ボーっとしている
- *顔色が悪い
- *食欲がない
- *いつになく元気がない
- *グズグズ言う
- *顔つきが普段と違う
- *アレルギーが出る
- など



季節のかわりめ、洋服を見直してみませんか?

「(日中) 暖かくなったらジャンパーを脱ごうね。」「(夕方) 寒くなってきたら着ようね。」など、子どもたち自身で寒暖差に気づけるようスタッフも声かけを行っています。

冬場に着ていた「**長袖の肌着、厚手の洋服やジャンパー、毛糸の帽子**」など、春模様に衣替えしていきましょう。

