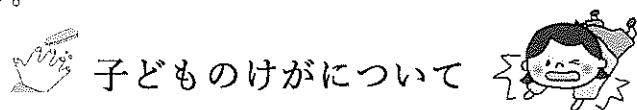




保健だより 5月号

ぽかぽかと暖かい日が続き、園庭からは子どもたちの元気な声が響いてきます。運動をするにはとてもよい時期です。積極的に外で遊び、健康な体づくりを行いましょう。5月は、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。



子どものけがについて

ズボンのすそはくるぶしまで 0~2歳児は脚力が弱い、頭が重く転びやすいなど、転倒が多い時期。ズボンのすそが長いと足にまとわりついて歩きにくくなったりするので、丈の合ったズボンをはかせましょう。

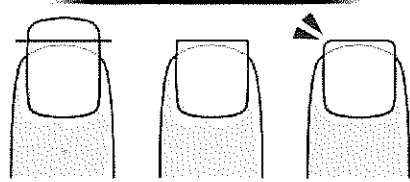
動きやすい服装でけがを防ぎましょう 小さい子どもは、次のような特性があります。頭が重く、体のバランスが悪い・夢中になると周囲に注意が及ばなくなる・危険なことを予測できない。しかし、子どもの運動神経の発達には12歳ごろまでに完了すると言われており、小さなころから体を動かすことは、その後の成長に欠かせません。保育園でも外遊びなどで体を動かす機会をたくさん作っていきたいと思います。体を動かしやすい服装で登園する、サイズの合った靴を（足の大きさより5mm~1cm余裕がある）をはかせるなどのご協力をお願いします。なおスカートズボンは遊びの途中でひっかかるため、はかないようにしましょう。サイズの合った服を選びましょう。

つめは短く、角はやすりで削って

子どものつめは薄く、少しひっかいたただけでも傷がつきます。特に1歳代では、かみつきのトラブルが多く見られます。

1週間に1度チェックしてあげましょう。

正しい爪の切り方



①白い部分を少し残し ②まっすぐに切る（深爪に注意） ③角にやすりをかける

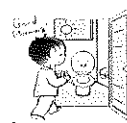
お知らせ

令和7年4月25日
第三福田保育園

検尿回収日 5月12日（月）

ばら組・ひまわり組対象

当日は必ず持参してください。



歯科検診

5月29日（火）9時30分～

全園児対象



耳鼻科検診・内科検診は予定が決まり次第お伝えします。

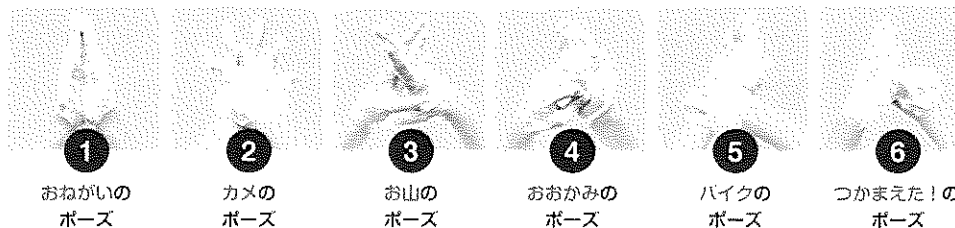


手洗い指導について



5月に手洗い週間を設けます。手洗い週間中は給食前やおやつ前に園内で手洗い指導を行います。「あわあわ手洗いのうた」を歌いながら、手洗いの大切さや、手洗い方法を伝えていきますのでご家庭でも楽しく手洗いが行えるようぜひやってみてください。

♪おねがい、おねがい カメさん、カメさん あの さんかくの お山のうえて おおかみ おっととつと おっこちそう いそいでバイクを ぶるるん うんてん ききいっぱつ つかまえた！



① おねがいのポーズ

② カメのポーズ

③ お山のポーズ

④ おおかみのポーズ

⑤ バイクのポーズ

⑥ つかまえた！のポーズ



子どものリズムを大切に



夜寝る時間をきめましょう 子どもが寝る時間になったら、テレビを消す・電気を暗くするなどみんなで協力しましょう。朝余裕をもっておこしましょう 顔を洗って着替え、朝ごはんをしっかり食べる時間をもてるように起こしましょう。