



5月のほけんだより

新緑が美しい季節になってきました。

新しい環境に、知らないうちに心も体も緊張して、疲れがたまってくるのもこの頃です。先月は、アデノウイルス感染症・RSウイルス感染症・伝染性紅斑（りんご病）・感染性（ウイルス性）胃腸炎の診断報告がありました。引き続きお子様の健康管理をよろしく願いいたします。

こよみは 『夏』 そろそろ気をつけましょう！！

* 衣服の調節をしましょう

朝は、長袖でもちょうどいいと思っても、日中は、ぐーんと気温が上がる時があります。また、日中は、半袖でちょうどよくても、夕方になってちょっと肌寒くなることがあり朝夕の気温の差が大きい時は、体調を崩す原因にもなります。その日の気温や体調に合わせて、半袖のシャツの上に簡単にはおれる長袖を合わせるなど、着脱しやすい、重ね着などで調節してください。

* 水分補給

晴れた日に日中は、夏のような暑さになり、お子様は、大人よりたくさん汗をかきます。少しずつこまめに水分補給をしてください。

* 紫外線

紫外線の量は、5月頃から、増えてきます。外遊びのときは、帽子をかぶりましょう。

視力検査のお知らせ（対象児3・4・5歳児）

視力は、幼少期に急速に発達し、3才児でその基礎が出来るとされています。また、就学時までに弱視の治療を開始しない場合には、正常な視機能を獲得できる可能性が低くなることも明らかにされています。3才児健診において視力検査ができる割合はその月齢によって大きく異なります。保育園での視力検査が、弱視等の早期発見に結び付くこともあります。

実施時期：年長5才児6月 年中4才児11月～12月 年少3才児1月～2月

目安なので保育行事等にて時期が変動することもあります。気になるお子様には、個別に対応させていただきます。

* 春期健康診断のお知らせ

5月14日(水)・・・内科

注意事項

- ・検査しやすい状態にしておいて下さい。入浴させておいて下さい。
- ・すぐに胸を出せるような服を着せて、つなぎ服は、着せないで下さい。
- ・平常保育の時間内に実施致しますので遅刻しないようにご協力下さい。
- ・当日診断を受けなかったお子様は、後日個人的に検査して頂くこととなりますので出来るだけ当日に受けてください。
- ・特に気になることがある場合は、事前に担任までお知らせ下さい。
- ・診断結果は、後日別紙にてお知らせいたします。



* 連休に向けて・・・《旅行に行く時》・・・

スケジュールはゆったりと。なるべく一番小さいお子様に合わせたスケジュールを立てましょう。

また保険証は忘れずに、急な時の為にかかりつけの医師から常備薬・解熱剤などを処方してもらい、携帯するとよいでしょう。でも「元気が無い、熱と共に何度も吐く」等の時は、旅行先でも病院で診てもらいましょう。