



4月初旬は季節外れに寒い日もありましたが、後半にはすっかり暖かくなり過ごしやすい日も増えました。園庭で元気に遊ぶ子どもたちの声が響き、楽しく遊んでいる姿が各クラスで見られます。

近年は5月に入ると、すぐに暑い日も多く暑さ対策も必要になります。衣服の調節やこまめな水分補給をして、熱中症予防にも努めましょう。

5月保健行事

健診:5月2日(金) 1.4歳児

4月保育園で発症した感染症

新型コロナウイルス感染症

<動きやすい服装で元気に遊ぼう>

体に合っていて、着脱をしやすいですか？

肌触りが良く、体のサイズに合っていて動きやすい服

お腹や背中が出ないもの、子どもが自分で着脱がしやすいことも、服選びのポイントになります。

ヒモやフード、Tシャツにフリルがついたものなどおしゃれでも引っかかりやすいデザインのものは、子どもが遊ぶ時に活動の妨げになります。

怪我にもつながりますので、園での着用は避けましょう。



下着は着ていますか？

半袖かランニング型で、肌触りが良く汗を吸うものにしましょう。(綿素材がおすすめです)

定期的にサイズをチェックして、体形に合ったものをご準備ください。

着がえはありますか？

子どもはとっても汗っかきです。これからの季節は汗をかいたら

着替えができるように、ロッカーには補充をお願いいたします。



身体測定は、プライバシー配慮のため、下着を着たまま行います。

クツは足のサイズに合っていますか？

お子さんは成長が早く、すぐに靴が小さくなってしまいます。

つま先部分が広く、靴の中で指が動くものを選び、定期的にサイズの確認をお願いします。

週末は洗って清潔に保ちましょう。(足もたくさん汗をかくので、臭いがします)



生活リズムを整えて元気に過ごそう

〇決まった時間に起こしましょう

朝、自然に起きるまで待つのではなく、時間を決めて起こしましょう。睡眠のリズムが整いますし、身支度や朝ごはんの時間をしっかり取れます。

〇寝るのが遅くても、起こす時間は変えないようにしましょう

前の日に寝るのが遅かったからと寝坊をすると、睡眠のリズムが後ろにずれてしまいます。早く起こして、早く寝ることでリズムを整えます。

〇お日さまを浴びてさっぱりしましょう

朝はカーテンを開けて、外の光を入れましょう。目覚めがさわやかですし、体内時計がリセットされます。

〇顔を洗って眠気も洗い流しましょう

水の刺激でしゃっきり目が覚めます。赤ちゃんは濡らしたタオルで顔を拭いてあげましょう。

〇たくさん遊びましょう

日中は好きな遊びで体と心を動かしましょう。休日もできるだけ通園日と同じ時間帯にお昼寝できると生活リズムが乱れにくいです。



お知らせ

〇すこやか手帳について

今年度よりすこやか手帳は使用せず、予防接種や身体測定などはコードモンを使用していきます。すこやか手帳のある方は近日中に保護者の方に返却します。

予防接種については、コードモンのアンケート機能より記載をお願いしています。(すでに記載されている方は大丈夫です。)

〇MR 予防接種(第2期)

きりん組のお子さんが対象です。お忘れなく。