

ほけんだより 5月

令和7年5月1日
下小田中保育園

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、暑い日も多く暑さ対策も必要になります。保育園では、衣服の調節やこまめな水分補給をして、熱中症予防を行っています。

<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がいいです。
お腹や背中が出ないもの、子どもが自分で着脱しやすい
ことも、服選びのポイントになります。
またヒモやフード、Tシャツにフリルがついたもの等おしゃれでも
引っかけやすいデザインのものは、子どもが遊ぶ時等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。

下着はきていますか？

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します。

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。



身体測定
は、プライ
バシー保護
の為、下着
を着たまま
行います。

【生活リズムを身につけよう】

5月は連休が多く、外出する機会が増えるご家庭もあると思います。規則正しい生活を送り、体調を崩さないように楽しく過ごしたいですね。

