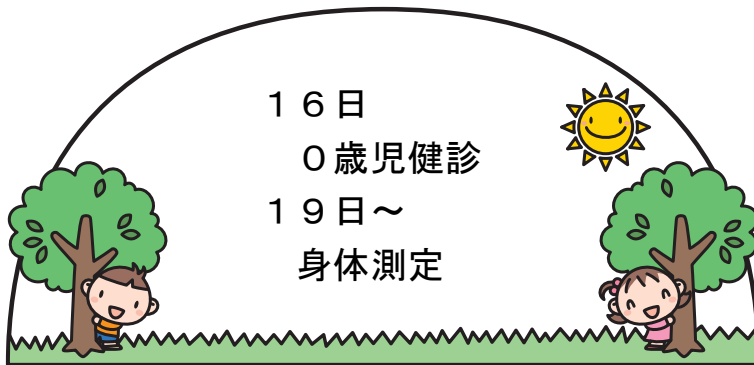


保健だより

5月



風薫る5月、さわやかな季節になりました。新しい年度が始まって1ヶ月が過ぎ、子どもたちは新しい環境にも慣れてくる頃です。しかし、そろそろ疲れが出て、体調を崩してしまう子も出てきています。睡眠が十分とれるよう心掛けましょう。



☆ 0歳児健診

4月28日全園児健診の日にお休みされた方は、今月健診を行ないます。また、ご相談のある方は、毎月園医が来園します。声をかけていただければ、確認致します。

感染症

4月というのに、インフルエンザAがちらちら。新型コロナ感染症、溶連菌感染症、水ぼうそう、発熱、下痢・嘔吐等々、体調を崩したお子さんが見られました。

しばらくは病気続き…

特に初めて保育園に通うお子さんは、いろいろな病気に罹りやすいです。熱を出したり、鼻水や咳が出たり、お腹の具合が悪くなったり…小児科通いも多くなると思いますが、数ヶ月～半年～1年と、次第に落ち着いてきます。長い目で見て下さい。

病児保育・病後児保育を利用するに当たり…

いざという時の利用になりますので、その時に慌てなくて済むよう、いつでも利用出来るために登録しておく事をお勧めします。

暑熱順化

体を除々に暑さに慣れさせる事で、暑い環境に対応できるようになる生理的な変化の事です。子どもは大人より暑熱順化に時間がかかると言われています。大人は1～2週間程度で暑熱順化が進みますが、子どもは1ヶ月かかる事もあります。

4～5月にかけて、暑い日が増えて来るこの時期は、暑熱順化を始めるのに適したタイミングです。無理のない範囲で、汗をかく機会を増やして行きましょう。熱中症のリスクを下げる事が出来ます。

- ① 適度な外遊びをしましょう
 - ② 入浴習慣を活用しましょう。シャワーだけでなく、湯船にしっかりとつかる習慣をつけましょう
 - ③ 室内での活動でも汗をかく機会を作りましょう
- * 必ず水分補給をしながら行ないましょう



