



社会福祉法人大和善隣館
幼保連携型認定こども園
月津こども園

R7年5月号

爽やかな風が吹く、心地のよい季節になりました。新年度がスタートして一ヶ月経ちました。お子さんにとっても保護者の皆さんも、進級・新入園など新しい環境や生活に大分慣れてきた頃ではないかと思えます。5月の連休明けは疲れが出やすい時期でもあります。また戸外での活動も増えていきますので、日中の疲れがとれるように夜はしっかりと睡眠をとり体調管理に注意をしていけるといいですね。

健診検査の年間計画

内科健診；	5月 28日 (水)	9:00~
	10月 29日 (水)	9:00~
歯科検診；	6月 4日 (水)	9:00~
	11月 12日 (水)	9:00~
尿検査；	5月 20日 (火)	
	11月 4日 (火)	



歯についてのお話も聞きます

*都合により日時が変更になる場合もあります。

*内科健診・歯科検診にお休みされた時は、保護者の方で園医へ受診をお願いします。

こどものリズムを大切に

睡眠は脳を活性化させる大事な要素

成長と共に体力もつき、起きている時間が長くなります。しかし夜眠っている時間にしか身体から出ない脳を成長させるホルモンがあります。決まった時間に『寝かしつけ』をし、体内時計を整えましょう。「寝る子は育つ」ですね。



生活リズムを整えよう

・朝の光を浴びよう

遅くても7時には起き、太陽の光を浴びて体内時計をリセットしましょう。朝の光が身体のリズムを整えます。



・朝ごはんを元気スイッチを押そう

身体も脳も活動するのにたくさんのエネルギーを使います。朝ごはんをしっかりと食べましょう。



・眠りやすい環境を作ろう

テレビや携帯の光は刺激になり、眠りを妨げます。部屋の中を暗くすることで眠気をもたらすホルモンが出て、眠りにつきやすくなります。

子どものケガ!

大人がふせいであげませんが

洋服から手足が出ていますか

- 小さな子どもは
- ・頭が重く、身体のバランスが悪い
- ・遊びなどに夢中になると周囲がみえなくなる
- ・危険なことを予測できない

とケガをしやすい特徴があります。特に0~2才の頃は転倒によるケガが多い時期です。

ズボンの長さを足に合わせる・袖の長さを手の長さに合わせるが大切です

サイズの合わない洋服は、動きにくかったりしてケガの原因になりますので、特に衣替えの季節にはチェックをお願いします。



園での制作活動についてのお知らせ

- * 園での活動の中で、卵パックや牛乳パックなどの廃材を利用し制作活動などおこなってきていましたが、アレルギーの観点から利用について見直しを行いました。園内で出たものや職員が持ち寄った食品に直接接触していない廃材のみ、使用し楽しんでいきたいと思えます。



お願いとお約束

虫への対策として、園では戸外に出かける時には市販の虫よけスプレーを使用します(1歳児以上)。また、蚊に刺された場合のかゆみ止めは軟膏の『ムヒ』を使用しています。使用に関して都合の悪い方はクラス担任にお申し出ください。『虫よけ用テープ』『虫よけリング』『かゆみ止め用テープ』は子どもの事故やかぶれの原因になる可能性があるため園での使用は**禁止**とさせていただきます。特に『虫よけ用テープ』『かゆみ止めテープ』は誤って飲み込んでしまう危険があるので、こちらで剥がさせていただきます。ご理解とご協力よろしくお願いたします。