



2016.5月  
松認定こども園  
保健室

泣き声などで慌ただしくスタートした新年度もはや1ヶ月が過ぎようとしています。子ども達は、新しい環境にも少しずつ慣れてきています。5月は、新緑のみどり・心地よい青空・さわやかな風と戸外での活動を思いきり楽しめる月です。ゴールデンウィークもあり、家族で外出する予定も多いかと思いますが、遊んだあとは、生活リズムを整えながら、ご家庭でゆっくりとお休みする時間もとってあげてくださいね！！

### 手洗い・うがい

体の中に細菌やウイルスが入っても、元気な時は、熱が出たり・炎症が起こったりはしません。しかし、体のバランスをくずし弱った時は、病気にかかってしまいます。

手洗い・うがいは、これらの菌を体に入れないために誰でもできる簡単な方法です。園では、1年を通じて手洗いの指導を行っています。家に帰った時・食事の前・トイレの後の手洗い、ご家庭でもしっかりと習慣が身に付くよう一緒にしてあげてくださいね。



### 5月の保健行事予定



- 身体計測 5月10日(火)・・・0・1歳児  
5月11日(水)・・・2～5歳児
- 尿検査 5月26日(木)・・・尿回収日  
5月27日(金)・・・尿回収予備日  
※対象・・・3～5歳児(後日プリント配布)
- 視力検査 5月16日(月)・・・4歳児  
5月17日(火)・・・5歳児

#### 《訂正とお詫び》

年間行事予定でお知らせしました尿検査の回収日が間違っていました。申し訳ありませんでした。上記日程でお願いします。

### 爪を切ってください～い！！

子どもたちは、リズムが大好きです。これからは、裸足になることも多く、足の爪が伸びているとケガがしやすくなります。子どもの爪は、とてもうすく、ばい菌が繁殖しやすくなります。子どもたちが、園での生活を安全に過ごせるように、手指の爪だけでなく、**足の爪**も一緒に切るようにお願いします。



### ♪視力検査について♪

見る能力(視力)は、3歳ころから徐々に発達していきます。この時期に何らかの原因で『**見えない**』ことは、大人になってから矯正しても視力が回復しない状態(弱視)になってしまう危険性があります。園で行う視力検査は、簡易検査です。結果は、子どもの集中力やその日の天気などによっても変化します。園での検査後、年齢の基準に満たない場合は、受診をお願いします。



### 予防接種を受けましょう

#### ★麻疹(はしか)・風疹混合ワクチン(MR)

第1期:12ヶ月以上24ヶ月未満児(いちご・ももぐみ)

第2期:小学校入学前の1年間にある児(ぶどうぐみ)

#### ★3種・4種混合・ポリオ(不活化)ワクチン

3回接種後、1年～1年半の間に追加接種。追加接種で免疫が強化します。途中になっている方は、早めに接種しましょう。詳しくは、かかりつけ医に相談しましょう。



### 紫外線に気をつけて！

子どもは紫外線に対する感受性が強いいため、大人よりも積極的に対策をいたほうがよいといわれています。

紫外線は、5月頃から増えはじめます。日中の外出の際には、帽子や日傘を上手に活用しましょう。

