

春を満喫しよう！とお弁当の日にご協力いただきありがとうございました。子どもたちは朝から、「おなかすいた」

「いつ食べるの？」とお弁当をととても楽しみにしていました。

それがもう初夏の日差しとなり、散歩の時には汗をかいて帰ってくるようになりました。

新しい担当、新しいおうちにも慣れて、子どもたちの関係性やあそびも昨年度とは違う様子に、これからの活動が楽しみになります。今年度は保育のテーマを「ファンタジーを一緒に」とし、絵本をツールに保育を展開していこうと思います。早速、31日の「おやこであそぼう」は各学年大好きな絵本をテーマに遊びます。現在絵本を各家庭に回しております。ご家庭で、「おやこであそぼう」でどんなことをするのか想像しながら一緒に絵本を読んでくださいね。

ちいさなたねでは、我が子も、どの子もその子らしく成長している姿をみんなで見守り、育てていくことを大事にしています。泣いても、緊張してしまっても、同じ空気感を味わい、みんなに応援してもらっていることを親も子どもも感じることでできる日にします。

体育館をお借りするのに学校をはじめ、いろいろな方にご協力いただきました。感謝申し上げます。

～5月・6月の予定～

5月 10日 全体保護者会 15日 内科検診 20日 1F 身体測定 21日 2F 身体測定
6月 5日 世界環境デー ゴミ拾い 30日 ハーモニカ交流

保健だより

気温が高くなってきましたね！

日差しも強く急激な温度変化にからだはついていけません。

そんなときは熱中症のリスクもあがっています。



☆熱中症に気をつけよう

☆ 熱中症が起こりやすい時

- 急に暑くなった時
- 気温が高い時
- 湿度が高い時（雨が降った次の日は注意）
- 風が弱い時（室内でも熱中症になります）

☆熱中症になりやすい人

- 暑さに慣れてない人
- 体力が落ちている人
- 寝不足・朝食を抜くなど、生活習慣の乱れがある人

☆熱中症を防ぐには

- こまめに水分補給
- 薄着をして、戸外では帽子を被る
- こまめに休憩をとり、気分が悪い時は無理をしない
- 戸外で活動するときは時間を決めて、長居をしない
- 少しずつからだを慣らしていく
- 帽子・日傘・サングラスなどで直射日光を浴びないように工夫する（園内ではサングラスをかけることはできませんが、帽子のツバで日差しを遮ります）

☆この時期、熱中症以外にも気をつけてほしいこと

気温が高くなると、汗をかきます。

そして肌の疾患が増えてきます。顔・からだをよく観察して、いつもと違うところがあれば、掻きこわし・とびひ・水イボ・発疹など 早めに医療機関で相談し、治療を受けてください。6月からの水遊びに楽しく参加できるように、体のケアをよろしくお願いします。