



ほけんだより

令和7年5月
たちばなこども園

看護師 綱嶋友子

新年度が始まり、一ヶ月が経ちました。こども達は少しずつ新しい環境に慣れはじめ「〇〇組さんになったよ！」と嬉しそうに教えてくれます。この時期は気温の差から体調を崩しやすいです。ご家族と連携してこども達の様子に気を配っていきたいと思います。

◆内科・歯科検診の予定◆

5月15日(木)

歯科検診(斎藤歯科) 9:30~

内科検診(植木内科) 13:30~



お休みしないようお願いします



※春の熱中症に気をつけましょう※

衣服の調整

- ・天気予報を参考に、薄着を心掛けましょう。
薄い上着で調節できると良いですね。

水分補給

- ・少しずつこまめに、水や麦茶を飲むようにしましょう。※ジュースは水分補給に適しません。

紫外線

- ・5月頃から紫外線は急増します。
外遊びの時は帽子をかぶりましょう。



こどもも5月病!?

こども達も新しい生活に慣れてきた頃ですが、大人が思っている以上に頑張り過ぎてストレスを感じ、連休明けに気持ちが不安定になるお子さんもいます。こどもも毎日集団生活の中で色々なことに挑戦をして頑張っています。いつもよりたくさん褒めて、いっぱい抱きしめてたっぷり愛情を注ぐと満足し次に頑張れるエネルギーを作り出すことができます。『7秒ハグ』という言葉があります。毎日ぎゅっと抱きしめてあげて愛情を注いでみませんか?どんな薬より効果てきめんですよ♡

♡7秒ハグとは♡

7秒以上ハグすることで、
幸せホルモンのオキシトシンが
分泌され幸福感が増幅すると
言われています。



ハグをすることで愛情を伝え、心を安定させる効果があるとされています。

★水筒による事故を予防しましょう★

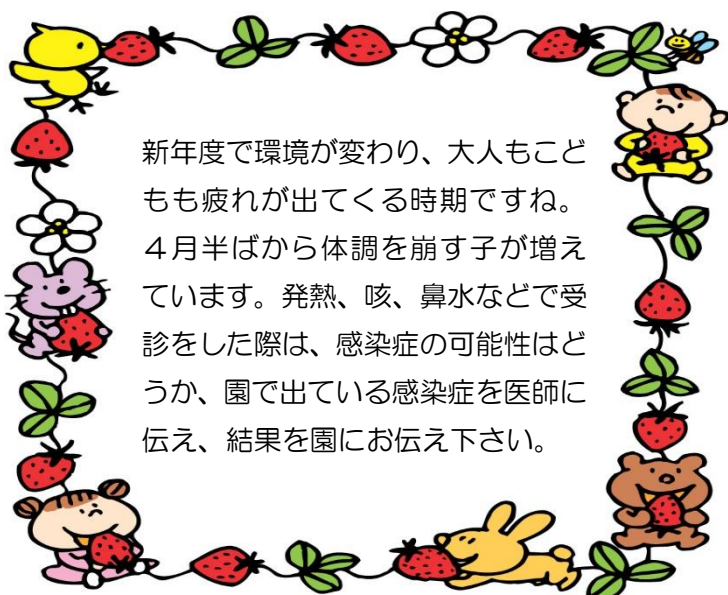
水筒を持ち歩くこどもが転倒し怪我をしたニュースを目にします。

園では以下の事を約束しています。

- ・水筒をかけている時は走らない
- ・持つ時は振り回さない
- ・かついだまま遊ばない

送り迎えの際にも

十分に注意をお願いします。



新年度で環境が変わり、大人もこどもも疲れが出てくる時期ですね。4月半ばから体調を崩す子が増えています。発熱、咳、鼻水などで受診をした際は、感染症の可能性はどうか、園で出ている感染症を医師に伝え、結果を園にお伝え下さい。