



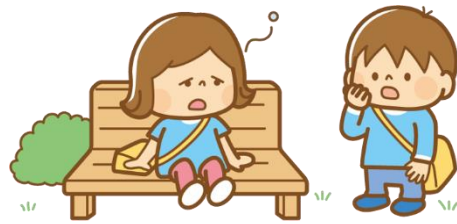
ぽかぽかと暖かい日が続き、園庭からは子どもたちの元気な笑い声が響いてきます。運動をするにはとてもよい時期です。積極的に外で遊び、健康な体づくりを行いましょう。

5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れがたまり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状がみられることがあります。ひどくなると、外出も登園もしたくなくなります。

5月のイヤイヤ期の脱出法は？

- ・のんびりお風呂に入って心と体の疲れをとる
- ・たくさん体を動かして元気よく遊ぶ
- ・睡眠時間をしっかりとる
- ・3食しっかり食べる



爪について

爪が伸びていると、友達をひっかいてしまったり、折れたりなどと、けがの原因となります。また爪は、汚れが溜まり不潔になりやすいところにもかかわらず、指しゃぶりや爪をかむ癖があるお子さまも多く、汚れたままにしておくとばい菌を直接取り込んでしまいます。

週に一度は指先のチェックを行いましょう。

白井保育園では、毎週金曜日爪の確認の掲示をしております。

コミュニケーションも兼ねてお子さまの爪のチェックをお願いいたします。

爪の働き

指先を保護したり、手のひら側からの感触を受け止めたりする他にも、爪から健康状態を知ることができます。爪全体の色が紫色をしていたり、白く濁っていたり、すじや溝ができている場合は病気の可能性もあるので、気になる場合は病院に行きましょう



※6月1日に歯科健診を10時より行います。

できるだけお受けくださるようご協力お願いいたします