



5月のほけんだより

令和6年4月26日発行 滝尾保育園

新年度がスタートしあっという間に1か月がたちました。子ども達は新しい環境にもだいぶ慣れ、元気に友だちと遊ぶ姿が見られるようになってきました。この時期は一日の気温差が大きく、心や体に疲れがでて体調を崩しやすい時期でもあります。規則正しい生活をして健康な体づくりをしましょう。

気管支ぜんそく

ダニ・カビを防いで
気管を守ろう



湿度の高い時期に要注意

梅雨時など、湿度の高い時期はカビやダニが増えやすく、気管支ぜんそくの発作が起こりやすい時期です。換気をしたり掃除機をかけたりにして室内のハウスダストを減らす、除湿器を使うなどで、アレルギーを減らしましょう。



エアコンや 空気清浄機も注意

エアコンや空気清浄機の内部はカビやほこりがたまりやすいもの。フィルターなどをこまめに掃除して、清潔に保ちましょう。

子どもも五月病!?

子ども達も新しい環境に慣れてきた頃ですが、大人が思っている以上に頑張りすぎてストレスを感じていたり、連休明けにまた気持ちが不安定になったりするお子さんも中にはいます。普段泣かない子が泣く・目をパチパチさせる・今までできていたことが「できない」「やって」など何かと理由をつけて困らせたり、元気がなかったり・・・子どものちょっとしたサインに「わがまま!？」というように捉えてしまうことも多く、大人が見逃しやすい傾向にあります。

子どもも毎日、集団生活の中で色々なことに挑戦し頑張っています。その頑張りを認め、たくさん褒めたり、いっぱい抱きしめたりすることで満足し、次に頑張れるエネルギーを作り出すことができます。子ども達が心身ともに安定して過ごせるようにほんの少し大好きなお父さん・お母さんからの愛情をちょっと、いいえたっぷり注いでみませんか?きっとどんな薬より効果てきめんですよ☆

☆ 歯科検診があります ☆

日時: 5月13日(月) 9:00~

医師: 佐藤晴宜先生(佐藤歯科医院)

※おねがい※

- ・9時までに登園をお願いします。
- ・朝、綺麗に歯磨きをしてきてください。