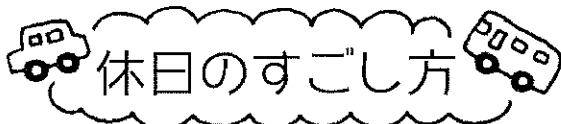


早いもので4月からの入園進級から約1カ月。子どもたちも新しい環境に少しずつ少しずつ慣れてきたように感じます。ゴールデンウィークが始まりますね。ケガや事故に注意して楽しい時間をお過ごし下さい。健康診断が5月23日に予定されています。

自分のからだの成長や健康について、少しでも関心をもてるようご家庭でもお声がけをいただけたらと思います。お休みで生活リズムが崩れやすいです。

日頃から、朝ご飯や夜ご飯をしっかり食べて、睡眠をたっぷりとりましょう。

春になり、気温が高くなりました。花粉など以外に、食物アレルギーも発症しやすい時期です。原因や症状はさまざまです。呼吸器症状(くしゃみ、咳、鼻水、胸のぜーぜー)や、皮膚症状(じんましん、痛み、はれ、目の充血)消化器症状(腹痛、下痢、嘔吐)などがあります。健康で笑顔で園生活が送れますようご理解・ご協力をお願いします。



休日に、旅行やテーマパークなどに出かけて楽しくすごすご家庭もあるかと思えます。しかし、その翌日、子どもたちは園で疲れたようすを見せることがあります。休日に無理な日程を組むと体調をくずしやすくなることも……。特に、旅行などの場合は帰宅後、休養できる余裕のある計画を立てるようにお願いします。



・・・手足口病・・・

症状

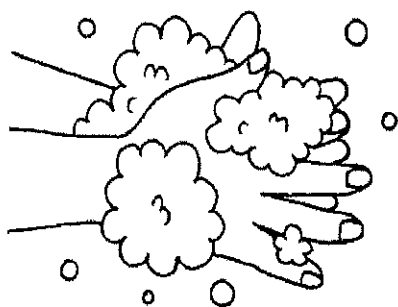
夏に多く見られる病気です。口の中や手のひら、足の裏、おしりなどに小さな水疱ができます。口の中が痛み、水分や食事がとりにくくなります。

注意すること

口の中が痛む時は、のどごしのよいものにします。全身状態がよく、元気で食欲もあれば登園可能です。ウイルスの種類により、脳炎をとまう場合も。



手洗いは衛生の基本です！



手は、さまざまなものに触れるため、目に見えない汚れや細菌、ウイルスなどがついてしまいます。そして手を介して、さまざまな感染症が人から人へうつっていきます。そのため、手をきちんと洗うことが必要になります。

手を洗う時は石けんを泡立てて、ていねいに洗います。感染症などを予防するためにも、手をきちんと洗う習慣をつけましょう。