



ほけんだより

令和7年5月7日
出雲市立大社幼稚園
保健室 山崎 タ子



新年度が始まって1か月が経ちました。初めて経験することがたくさんあり、子どもたちも緊張した日々を過ごしていたと思います。5月になり、少しずつ緊張がほぐれてくる直ですが、幼稚園生活の疲れが出やすい時期です。また、今年は急に気温が高くなったり肌寒い日が続いたりもしています。「早寝、早起き、朝ごはん」で生活リズムを崩さないように過ごして、体調を整えていきましょう。

健康診断が始まります



今月から健康診断が始まります。健康診断は園生活を送る上で、お子さんの健康状態を把握し、必要な措置を講じるという重要な役割を果たしており、「学校保健安全法」に基づいて実施をします。

検診は園医の先生に実施をお願いしています。

《健康診断の日程》学校医による検診は午後から実施します。

5月 13日 検尿提出日

耳鼻科（加藤耳鼻咽喉科：加藤太二先生）

16日 視力検査（年長児のみ）

19日 内科・運動器疾患検診（中島医院：中島孝晃先生）

22日 歯科検診（高橋歯科：高橋文夫先生）

6月 10日 眼科検診（大國眼科：大國昌美先生）

※聴力検査はすでに終わっています。（年中、年長児のみ）

- ・検診日に欠席された場合は、各医療機関に受診していただきます。
- ・検診結果は、歯科検診は全員、その他の検診は受診が必要な場合のみ、受診票をお渡しします。
- ・すべての検診終了後、けんこうてちょうに結果を記入してお知らせします。
- ・内科・運動器疾患検診は、服を脱いだ状態で実施します。当日は着脱がしやすい服装で登園してください。
- ・健康診断について、質問等ありましたら、担当の山崎までご相談ください。

園外保育があります

今月は、出雲大社へ神楽見学や田植えと園外での活動が続きます。年長児は2日間のわくわく活動もあります。気持ちよく活動に参加できるように、次のことに気をつけましょう。

★前日は、しっかり睡眠をとりましょう。

早めに布団に入り、体をしっかりと休めましょう。

★朝は早めに起きて、朝ご飯をしっかり食べましょう。

途中でおなかがすくと、活動への集中力も続きません。また、朝ご飯をしっかり食べることで、体にも目覚めスイッチが入り、朝から元気よく遊ぶことができます。

★体調を整えておきましょう。

普段から「早寝」「早起き」「朝ご飯」で生活リズムを整えておきましょう。

手洗い・うがいについて

幼稚園では、食事の前、外遊びの後、トイレの後は必ず、石けんで手をしっかり洗っています。うがいは、給食前にしています。手洗い・うがいは、感染症予防の基本になるので、ご家庭でも、きれいに洗えているか、うがいが正しくできているか、時々チェックしてみてください。



急な暑さに要注意！！

暑さに体がまだ慣れていないため、急に気温が高くなる時は体温調節がうまくいかず、熱中症になることがあります。遊んでいると暑くなるため、幼稚園で過ごす時は薄着で過ごすようにして、登園時は上着を着るなど、工夫してみましょう。水筒も忘れずに持って来てください。

