



# ほけんだより

保育園神田ベアーズ

2020年・5月

看護師

寒暖差も少なくなり、暖かさを感じる風となってきました。1年の中でも過ごしやすい5月になりました。4月は中旬から子どもたちの登園が少なくなり、元気な声が少ししか聞こえなくなった寂しい保育園となりました。ご家庭の中での毎日の生活はいかがでしたでしょうか？子どもたちも保護者の皆様も職員も体調を崩さずに過ごせて何よりでした。

5月は、これまでの分を取り返し太陽を沢山浴びて元気に遊べたらいいなと思います。いつも通りの生活に戻るまでは、もう少し時間がかかるとは思いますが、子どもたちにとって、いつもと変わることのない生活を送れるように心がけていきたいと思っています。

## 春先のかぜ

まだ朝夕は気温が低く、日中との気温差が大きいために、かぜをひいてしまう子どもが多くなっています。環境の変化で緊張が続き、心身ともに疲れがたまっているのかもしれない。初めて集団生活に入ったお子さんは特に、おうちでゆったりと過ごしてくださいね。

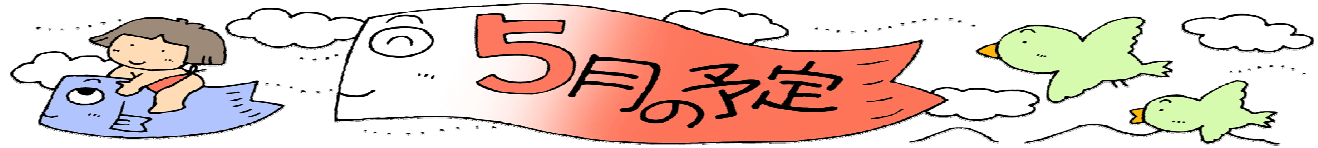
**かぜかな？と思ったら**

- 体を温かく保つ
- 栄養のある物を食べる
- 十分な睡眠と休養をとる
- 水分補給を心がける

熱がなくても、せきや鼻水が出るときは体調が不安定です。安静にして過ごしましょう。

## 発熱後の登園について

熱が出ると体力が奪われて、体は一時的に弱った状態に。熱が下がってもすぐに登園せず、1日は家庭で様子を見ながら、安静に過ごさせてあげたいですね。また、朝、薬を飲んで登園したときは、忘れずにお知らせください。薬の種類によっては、眠気を催すものもあるので、園でも注意してまいります。よろしくお願いたします。



18日(月)	0歳児身体測定	19日(火)	1歳児身体測定
27日(水)	0歳児健診	20日(水)	2歳児身体測定
		21日(木)	3・4歳児身体測定