

ほけんだより 5月



令和8年4月30日
学校法人須磨浦学園
須磨浦幼稚園



5月の予定

- 7日(木)耳鼻科検診(1,2,ひよこ組)
- 12日(火)眼科検診(1,2,ひよこ組)
- 13日(水)身体計測(全園児)
- 20日(水)尿検査①(1,2,ひよこ組)
- 21日(木)尿検査②(1,2,ひよこ組)

新学期が始まり1か月が経ちました。新しい学年には慣れてきましたか。新しい環境に適用しようと、知らず知らずのうちに頑張りすぎているかもしれません。昼夜の寒暖差でただでさえ体調を崩しやすい季節です。時には、ひと息ついて、お子さんと一緒にゆっくり休養してください。



結果はお子さんと一緒に確認



早めに受診する

健康診断はお子さんの体の成長や現在の様子を知る手がかりになります。また、病気の早期発見、早期治療にもつながります。ぜひお子さんと一緒に結果を確認し、日々の健康維持に役立ててください。「身長が伸びたね」「虫歯がなかったね」と声をかけると、お子さんが自分の体や健康に興味を持つきっかけになります。お子さんの心と体が健やかに育つように健康診断の結果をぜひご活用ください。

清潔の習慣を身に付けよう



そろそろ注意が必要です

《熱中症》

まだ、体が熱さに慣れていません。体温調節がうまくできるよう、軽い運動や入浴などで汗をかき、汗腺の機能を高めておきましょう。



《紫外線》

紫外線が強くなってくる時季です。肌へのダメージを防ぐため、日焼け止めクリームを塗るなどして、しっかりケアをしましょう。

