



## 一手をきれいに洗いましょう

入園、進級から1か月がたちました。多くの子どもたちは新しい環境に慣れ、少しずつ自分のペースで園生活を楽しめるようになってきたようです。気候も安定してきて、外で活動するのにとてもよい時期になってきましたね。積極的に外で遊び、健康な体づくりを行なっていきましょう。一方、連休で生活のリズムが乱れがちになります。お休みでも、保育園のある日と同じ時間に寝起きして、リズムを崩さないことが休み明けの体調不良を防ぎます。お出かけの際は、家族で一番小さい人に合わせて無理のないようにお願いします。

## みんなの手はきれいかな？

トイレのあと、外から帰ってきたあと、食事やおやつの前、手がよごれたとき、先生やおかあさんに言われたから洗う？自分から手洗えますか？



### 園での手洗い指導

- ①手を水でぬらし、ネットに入った固形せっけんでせっけんをつけます。(ネットがブラシの役目をします)
- ②手のひら、手の甲、指の間、爪、手の横、手首をあわだてながら、こすります。
- ③水でせっけんを洗い流します。
- ④自分のハンカチ、またはペーパータオル(食事、おやつ前)で水分をふきとります。



食事の前のほかにもトイレなど、何度も手を洗います。いつでも手が拭けるように、ズボンのポケットに清潔なハンカチを毎日入れておいてください。

**注意)** 爪が伸びていると、お友達をひっかいてしまったり、折れたりしてケガの原因となります。また爪は、汚れが溜まり不潔になりやすいところにもかかわらず、指しゃぶりや爪をかむ癖のある子どもも多く、汚れたままにしておく、菌やウイルスを直接取り込んでしまうこととなります。一週間に一度は爪をみてあげてください。爪チェックの曜日をおうちで決めておくといいですね。



## はる けんしん 春の健診について

- 内科 (3-5 歳児) 5月8日 (火) 13:30
- 内科 (0-2 歳児) 5月15日 (火) 13:30
- 歯科 (3-5 歳児) 5月23日 (水) 13:30
- 歯科 (0-2 歳児) 5月10日 (木) 9:30

結果についてはすべての検診、検査がすみ次第、お知らせします。また、尿検査を6月におこなう予定ですが日時、方法等、詳細は後日お知らせいたしますので、ご協力をお願いいたします。



## 与薬の確認について



園で薬を服用した場合、3歳未満児では連絡帳に服用したことを記入してご確認いただいています。

3歳以上では、服用した空の薬袋を出席ノートに入れ、記録のかわりとさせていただきますので、ご了承ください。