



# ほけんだより

2016年5月

青梅みどり第二保育園



## 今月の身体測定

0・1歳……………10日(火)

2・3・4・5歳……………12日(木)

乳児健診(0・1歳) 25日(水)PM1:30～

全園児歯科健診 31日(火)9:30～

朝9時までに登園してください

新しく保育園に入って、お母さんと離れて泣いていた子ども、だんだんおもちゃを見つけて遊ぶ姿が見られるようになりました。幼児クラスは水筒をもって張り切って、吹上グラウンドへ出かけています。1か月が過ぎ、緊張が取れて体調を崩す子ども出てきています。5月は紫外線も強く、気温差も激しいですね。湿疹や感染症も出やすい時期です。ご注意ください。



## 生活リズムを見直してみよう

ほとんどの子どもたちは、8～9時には寝て、6～7時に起床して朝食を摂って、元気に登園しています。中には、夜間の睡眠が足りず、朝食が取れず、午前中グズグズしたり、ぼんやりしている子どもいます。生活リズムは子どもだけでは、克服できませんので、家族で話し合って工夫してみましょう

