



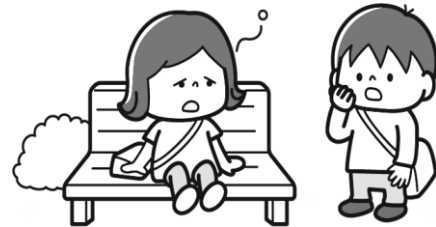
2025年5月1日
社会福祉法人からしだね
足立区立青井保育園

看護師

新学期が始まって、およそ1か月が経ちました。新しい環境やクラスにも慣れ、4月からの疲れが出たり緊張がほどけてきたりと、身体も心も調子を崩しやすい季節です。また、ゴールデンウィークを楽しく過ごした後、心身共にちょっと不安定になることも予想されます。今後も保護者の皆さんと連携をとりながら、子どもたちの様子に気を配っていききたいと思います。

5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登園もしたくなります。



5月のイヤイヤ期の脱出法は？

- ・のんびりお風呂に入って心と体の疲れを取る
- ・たくさん体を動かして元気よく遊ぶ
- ・睡眠時間をしっかりとる
- ・3食しっかり食べる

寒暖の差が激しい時季お子さんの服選びのポイント

近年、5月の気温を見てみると25℃前後まで上昇する日も多くなります。昼間は日差しの下で暑さを感じることもありそうです。ただ、夜は15℃前後まで冷え込むこともあります。そんな時に体調を崩しやすいので注意しましょう。この時期は、素材も意識して服を選ぶのがポイントです。

ポイント その1

下着(肌着) 綿◎

昼間は暖かく、遊んでいるとたくさん汗をかくため、吸水性に優れ、風通しの良い綿素材が◎。肌触りも柔らかく、刺激に敏感な子どもの皮膚を傷つけません。

ポイント その2

アウター ポリエステル・アクリル

肌寒い朝は、風を通しにくく体温を逃がさない化学繊維の素材がおすすめ。脱ぎ着しやすい前開きの物や、伸縮性のある物を選びましょう。

令和7年度 あだちっこ歯科健診

6月4日（水）10：00～

※全園児対象です

当日受診できなかった時は、足立区保育課が指定する歯科健診医で各自受診していただくことになります。



爪はきれいかな？



子どもたちは様々な物に触れる為、爪（つめ）の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。汚れが溜まると炎症を起こし、爪の病気になってしまうので、手洗いで落としきれない汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。



また、爪が長いとどこかにひっかけてしまったり、お友達を傷付けてしまうことにもなりかねません。おうちでは定期的に切って下さるようお願いいたします。

健康診断

嘱託医 角田 祥子医師 により

6月12日（木） 9：00～ 全園児対象

各クラス順次春季健康診断を行います。

（幼児クラスは、プール前健康診断を兼ねています。）

当日は、脱ぎ着しやすい服装でお願いします。

また、お薬を服用している・塗っている・つけている時には、プールに入れません。常備薬（普段必要と処方されているお薬）がある場合は、主治医の許可が必要になりますので事前にお申し出ください。

