

ほけんだより 5月号



2025年5月7日

野上あゆみ保育園

新緑のさわやかな季節となりました。外出するのに最適な季節と思われがちですが、朝夕と昼間、又は前日との気温差が大きくなり疲れやすくなります。体調管理に注意して楽しい時間をすごしてくださいね。



内科健診のお知らせ

日時 5月29日 10時～

対象 全園児

お休みされた時は直接、「かめだこどもクリニック」で診察をお願いいたします。できるだけお休みをされませんようにして下さいね。都合で保育園をお休みされる時はその時間だけ登園して頂くことも可能です



子どもは、体温調節の機能が未熟で、周りの環境による影響を受けやすいです。夏の暑い日差しの下に居ると体温が上昇しやすく、冬の寒い環境では冷えやすく、活発に運動すると体温が上昇しやすいです。体温調節機能が未熟だと、体温を上手く調節することができません。

体温調節機能発達のカギとなるのが、『汗』です。子どもは、2歳半くらいまでに汗をかく機能が発達し、それによって体温をコントロールできるようになります。体温調節機能が発達することで、自律神経のバランスもとれるようになり、免疫力も高まっていきます。これからの季節は暑さによる熱中症やエアコンによる冷え過ぎに十分気をつけて下さいね。子どもたちはたくさん遊んで汗をかきながら成長していきます、下着や着替えの用意をお願いします。

気温と衣服の調節

こどもの服装.com

気温 × 服装 MAP



- ★登園・登校スタイルの目安としてお使いください
- ★パンツ（オムツ）は省略
- ★天気や体温、活動シーンに応じて変えてください
- ★ひとりで脱ぎ着しやすい服を選びましょう
- ★朝夕の気温が低ければもう一枚重ね着しましょう
- ★園のルールがあればそちらに従ってください

※転載・商用利用不可

オススメの素材や危険なデザインなど詳しい解説はブログを見てね！

ハナ
【こどもの服装.com】

園庭で転んでひざや指をケガをした時は、傷口をみて水洗いをしてバンドエイドを貼ります
家に帰ったあと、お風呂に入った時や手を洗った時に剥がして様子を見て下さいね

