



令和7年5月16日
社会福祉法人三心会
山田町第一保育所

新緑が美しく、心地よい風が吹く季節になりました。爽やかな気持ちになりますね。5月は新しい生活に慣れた一方、心身に疲れが出てケガをしたり体調を崩しやすい時期でもあります。規則正しい生活を心掛けて、元気いっぱい過ごせるようにしましょう。

内科・歯科検診のお知らせ

5月21日(水)に検診を行います。

時間 歯科 : 11時頃～

内科 : 13時15分頃～



○当日はできるだけ休まずに検診を受けるようにしましょう。

○髪の毛の長いお子さんは、診察の妨げになりますので、髪を結んでくださるよう、お願いいたします。

○医師の都合や感染症の流行状況により日程が変更になる場合があります。ご了承ください。

☆ 検診をしてくださる医師(嘱託医)の紹介 ☆

内館歯科医院 院長 内館伯夫 先生

大槌おおのクリニック 院長 大野忠広 先生

お願い

● 保育所でお薬を服用する際は「おくすり連絡票」が必ず必要になります。**おたより袋**または**玄関のテーブル**にありますので、記入をお願いいたします。

● 薬を持参した際は、**必ず職員に手渡し**をしてください。かばんに入れたままだと気付かず服用できなかったり、他のお子さんが服用してしまったり等の誤薬にもつながる危険があります。

よろしくお願いいたします！

生活リズムを整えましょう

① 早寝早起きを意識しましょう

眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までに起きるようにしましょう。

② 朝ごはんを食べましょう

朝ごはんを食べないと、ぼーっとして、活力が沸いてきません。元気の源となる朝ごはんを必ず食べましょう。

③ うんちは済みましたか？

朝ごはんを食べると腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はうんちタイムをとり、トイレに座ってみましょう。

❖ 毎年5月は**嘔吐・下痢**での欠席が増える時期です。感染性の可能性もありますので、症状が見られる時は必ず受診するようにしましょう。受診後は診察の結果を保育所にお知らせください。

❖ 大人も子どもも、ケガをしたり体調を崩しやすい時期です。規則正しい生活リズムを心掛けましょう。

❖ 新しい環境で少し控えめだった子どもたちですが、慣れてきて活発になる頃です。爪が長いとどこかに引っかけてしまったり、友だちを傷付けてしまうことがあるので、定期的に切ってあげましょう。深爪に気を付けて切ってあげてくださいね。

◆ 今月の保健集会は「内科検診を静かに受けよう」です。医師は何を見ているのかを知り、静かに受診できるようにします。

◆ 今月の歯科指導は、歯科検診のため行いません。