



# ほけんだより

2026年5月29日

まゆみの里保育園

梅雨の時期がやってきました。天気の変わりやすいこの時期は体調も崩しがちになり、十分に注意が必要です。今年も気温が高い日が多い予報や、蚊が大量発生するニュースも見られます。水分補給や休息など取り入れながら、体調管理に気を付けて生活したいと思います。

## 梅雨の時期の注意点

■**食中毒**  
食中毒は6月から9月頃にかけて多く発生します。水筒も菌を繁殖させないように清潔を保ち、毎朝麦茶か水を入れて持たせましょう。

■**事故**  
雨の日は傘などで視界が悪くなり、事故の危険性が高まります。濡れて滑りやすく、転びやすくなりますので十分に注意しましょう。

■**かぜ**  
蒸し暑さから汗をかくことが増えますが、朝夕は気温が下がり寒くなります。汗をかいたらすぐに着替え、寒くなったら上着などで体温調節を行うようにしましょう。

## 歯科検診

6月4日(木) 13:00~  
園医：小山歯科  
★歯並び・かみ合わせ・あごの関節、虫歯、歯垢、歯肉の腫れなどがいないかを診てもらいます。  
毎日丁寧に歯みがきをして登園しましょう。

## 内科健診

6月10日(水) 13:00~  
園医：根道ヶ丘クリニック  
◆やせ過ぎ、太り過ぎ、心臓、呼吸の音、骨や姿勢のゆがみ、皮膚の様子、病気にかかっていないかななどを診てもらいます。

- 前日はお風呂で体をきれいにし、当日は清潔な下着を着用しましょう。
- 髪の毛の長いお子さまは結んでください。

## みずあそびがはじまります！

毎日の検温ありがとうございます。  
コドモンのプールチェック欄に、検温、参加か不参加の記入を毎日忘れずにお願いします。

記入忘れや持ち物忘れ、傷などに「ばんそうこう」を貼っている場合、体調不良の時は見学となります。ご理解、ご協力をお願いいたします。

## 爪はきれいかな？

子どもたちは様々な物に触れるため、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たり、お友達を傷付けてしまったりすることにもなりかねません。おうちで定期的な切ってくださいようお願いいたします。