



ほけんだより



新しい環境で過ごすことは期待や楽しさもありますが、不安や緊張で心身ともに疲れやすくなります。疲れがたまるとけがをしたり、病気にかかりやすくなったりします。生活リズムを整え、手洗い・うがいをしっかりと、毎日元気に過ごせるようにしましょう。

また、健康診断などの日程の確認もお願いいたします。



手洗い

手洗いは、ウイルスや細菌を取り除き、病気を予防するためにも大切です。あそんだ後、トイレの後や食事前などには必ず手を洗う習慣をつけましょう。

【手の洗い方】

- 1 せっけんを泡立てる
- 2 手のひら⇒手の甲⇒指の間⇒指先⇒手首の順に洗う
- 3 水で洗い流し、きれいなタオルやペーパータオルでふく

健康診断のお知らせ

下記の予定で健康診断を行います。

結果は、その都度お伝えします。

また、気になること等ありましたら、担任にお伝えください。

5月	7日(水)	幼児健診
	21日(水)	歯科検診(2歳児～)
6月	4日(水)	乳児健診
	18日(水)	眼科検診(3歳児～)
	23日(月)	視力検査(4歳児～)
	26日(木)	耳鼻科検診(3歳児～)

