

ほけんだより 12月

2018/11/27 こぐま保育園ほけんしつ

・2018年も残すところあと少し、今年はどうな1年でしたか？今月は、1年でいちばん日が短い「冬至」があります。体が温まるゆず湯に入ったり、ビタミンEの多いカボチャを食べて健康に過ごしましょう。先月のほけんだよりで「乳幼児突然死症候群（SIDS）」を防ぐ為にうつぶせ寝をやめましょうとお知らせしました。園でも、3才未満の園児は呼吸チェックをしています。その際うつぶせ寝の場合は、仰向け寝にしていますが、すぐにうつぶせ寝になってしまう園児がいます。SIDS予防の為に自宅でも仰向け寝で眠れるようご協力をお願いします。

<11月の感染症> (11/26 現在)

	にじ	やま	そら	うみ	かぜ	もり	計
マイコプラズマ肺炎			1				1

かぜにまけない！5つのポイント

もうすぐ冬休み。楽しい予定を心待ちにしている人も多いかもしれませんね。「か・ぜ・よ・ぼ・う」を心がけて、元気に楽しみましょう。また新学期に笑顔でみなさんに会えるのを楽しみにしています。

- かえってきたら、手洗いうがい
- ぜんぶ残さず三食食べよう
- よるは早めに布団へGO
- ぼうえいせん！マスクを正しくつけよう
- うんどうして強い体をつくらう

～12月の予定～

- ・3日・6日・7日 身体測定（全園児）
- ・12日・13日・14日 聴力検査（グングン）
- ・19日（水） 健診（高瀬医師）

14時～にじ 15時～そら

気になってる事がありましたら、高瀬Drに相談できますので担任にお伝えください

○11月のほけんだよりでもお伝えしましたが、12月1日の「冬まつり」で去年まで「秋まつり」で行っていたカミカミ歯医者さんを行います。ぜひ家族みんなで一緒に歯の健康相談を受けてみませんか？