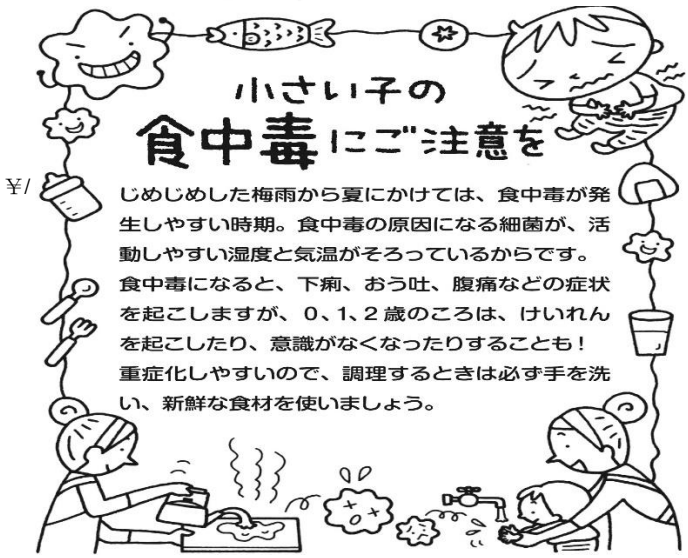
すくすくげんき通信 7月

明野しいのみ保育園　　令和２年６月３０日発行

いよいよ夏本番。楽しい夏をすごすには、暑さに強い体づくりが欠かせません。日差しが強いこの時期は大人も子どもも体調不良、睡眠不足、食欲不振になりがちです。基本は、バランスのいい食事、十分な睡眠です。また、暑いからといって涼しい部屋で過ごすより、適度な運動や遊びを続けて暑さに慣れるのも大切です。こまめな水分補給や休息を忘れずに元気に夏を乗り切っていきたいですね！！



食中毒予防のポイント

①新鮮な食材を使う。調理してから時間がたったものは食べない

②魚や肉は十分に火を通す

③賞味期限や冷蔵庫を過信しない

④まな板や包丁などはまめに熱湯消毒や漂白剤で殺菌する

⑤調理前や食事の前、トイレの後にはせっけんで手を洗う

⑥手指に傷がある場合はブドウ球菌に感染しやすいので注意する

乳児検診＆予防接種

新型コロナウイルス感染症の流行後に、外出自粛要請などの影響で乳児検診や受けられなかった方もいらっしゃると思います。

乳児検診は子どもの健康状態を定期的に確認し相談する大切な機会です。

また、予防接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められており、かかると重症化することのある感染症から子どもたちを守る有効な手段です。

保育園は長時間にわたって多くの子どもたちが生活をする場です。食事や昼寝、遊びなどで子ども同志が接触する機会もあります。子どもたちはまだ体力が十分でないので集団生活においてさまざまな病気にかかる可能性があります。

子どもさんの健康を守るためにも一番必要な時期に受けていただくようよろしくお願いいたします。

内科健診・歯科検診のお知らせ

歯科検診・・・　　16 日（木）12 時～

内科健診・・・　　20 日（月）10 時～

当日受けられなかった場合は、後日嘱託医まで検診を受けに行っていただきます。もし都合で欠席する場合は担任にお知らせください。

可能であれば検診の時間だけでも連れてくださるようにお願いします。

※結果は個別にお知らせします。