



社会福祉法人ほほえみ福祉会ほほえみ保育園

令和7年5月1日

5月になり、動くと少し汗ばむような日も出てきましたね。まだ体が暑さに慣れていないうえ、新年度の始まりで疲れも出てくる頃です。元気に過ごす基本となるのは、生活リズムを整えることです。ゴールデンウィークで、つい生活リズムが崩れてしまった場合は、少しずつ通常モードに戻していきましょう。



そろそろはじめましょう

熱中症予防

5月は熱中症シーズンの始まり。急に暑い日が出てきて、暑さに慣れていない体がついていけず、熱中症になりやすい時期です。暑さに負けない体づくりをはじめましょう！



水分をこまめにのろう



ぐっすり眠れる環境を整えよう



体調を整え丈夫な体を作ろう

爪のチェックをお願いします

爪が長いと

- ①爪の間に砂が入り込んでしまいます。砂や汚れが指と爪の間に入ってしまうとなかなか取れません。
 - ②タオルや布団などに引っかかってはがれることもあります。爪がめくれてしまい痛い思いをしてしまうこともあります。
 - ③自分のお顔やお友達に傷をつけてしまうこともあります。遊んでいる最中にお友達に当たってしまい、ひっかき傷を作ってしまうことも……。
- 子どもの爪は成長が早いです。少なくとも1週間に1回はチェックをお願いします。



<病児・病後児保育について>

お子さんが体調不良の時、どうしても仕事を休むことが出来ない、おじいちゃんおばあちゃんにもお願いできない場合は、下記の施設の利用も検討してみてください。インターネットで「あずかるこちゃん」から予約申し込みをできます。

歯科健診

5月16日（金）

14時～

当日お休みの場合は後日直接鈴木歯科医院さんに行ってください

耳鼻科健診

5月22日（木）

14時～

当日休みの場合は後日直接渡部耳鼻科さんに行ってください。

	病児保育	病後児保育				病児・病後児保育
	病児保育所 おひさまルーム	キンダーこども園	キンダー南館こども園	はやぶさ保育園	さくら保育園	済生館 8階
場所	済生病院 敷地内	宮町2-4-13	南館5-7-50	沼木1139-16	緑町1-9-45	七日町1-3-26
電話番号	674-8856	622-7438	644-2030	624-1701	666-7030	647-0117
利用可能年齢	満1歳～小学6年生	1歳～小学6年生	1歳～小学6年生	1歳～小学6年生	1歳～小学6年生	1歳～小学6年生
開設時間	月～金 8:30～17:30	月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:00	月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:00	月～金 8:30～17:30	月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:00	月～金 8:00～17:30
利用料	月～金 2,000円	1,000円	1,000円	1,200円	月～金 1,200円 土 700円	2,000円