

5月のほけんだより

アソカ保育園
看護師 中山 みどり

春の風が心地よく、さわやかな気分になれる5月。しかし、体や心に疲れが出て、けがをしたり、体調を崩したりしやすい時期でもあります。規則正しい生活をして、元気いっぱいに過ごせるようにしましょう。4月は、溶連菌感染症が2人でした。

内科健診

5月15日(水)は内科健診を行います。

当日は、着脱のしやすい服装をお願いします。
なお、特に気になることがある場合は、事前に担任までお知らせください。

調べる内容は…?

- ・やせ過ぎ、太り過ぎはないか
- ・心臓、呼吸の音は正常に聞こえるか
- ・骨や姿勢はゆがんでいないか
- ・皮膚の様子に異常はないか
- ・病気にかかっていないか



●前日におうちでしてきてほしいこと●

- ・お風呂で体をきれいにしてくださいます。
- ・髪の毛の長いお子さまは結んでください。

5月のイヤイヤ期

5月は、4月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、眠れない、起きられない、食欲がない、イライラする、無気力などの症状が見られることがあります。ひどくなると、外出や登園もしたくなります。

5月のイヤイヤ期の脱出法は?

- ・のんびりお風呂に入って心と体の疲れを取る
- ・たくさん体を動かして元気よく遊ぶ
- ・睡眠時間をしっかりとる
- ・3食しっかり食べる



5月の休日急患診療機関

5/1 水	政 所 医 院 (小・内) 58-2171 (高城町)	坂 元 医 院 (内・胃) 22-0360 (牟田町)	坂 田 医 院 (内・消・胃) 51-2003 (三股町)	野口脳神経外科 (脳) 47-1800 (太郎方町)	ながはま整形外科 (整) 46-7188 (都北町)	すみ産婦人科医院 (産・婦) 23-1152 (東町)
2 木	久保原田中醫院 (内・小) 22-7700 (久保原町)	共 立 医 院 (内・小) 22-0213 (蔵原町)	ホームクリニックみまた (内・呼) 52-1348 (三股町)	川 畑 医 院 (外・胃) 46-8225 (年見町)	池之上整形外科 (整・小・小児) 23-2311 (上川東)	宮田眼科病院 (眼) 22-1441 (蔵原町)
3 金	児 玉 小 児 科 (小) 25-5570 (花盛町)	森山内科・脳神経外科 (内) 21-5000 (南郷尾町)	田 中 隆 内 科 (内) 52-0301 (三股町)	山 路 医 院 (外・内) 64-3133 (山田町)	江夏整形外科クリニック (整・小・小児) 51-1122 (三股町)	北 原 医 院 (産・婦) 22-4133 (北原町)
4 土	三 州 病 院 (外・胃・内) 22-0230 (花盛町)	志々目医院 (内・小) 57-2004 (山之口町)	瀬ノ口医院 (内・消) 25-5155 (姫城町)	大橋クリニック (内・消・小) 37-0539 (庄内町)	まつもと整形外科クリニック (整・外・内) 36-8926 (東町)	倉内整形外科病院 (整) 22-1252 (上町)
5 日	宗 正 病 院 (外) 22-4580 (八幡町)	たけしたこども医院 (小) 51-0005 (三股町)	伊達クリニック (内・循) 36-7088 (牟田町)	大 岐 医 院 (内・胃) 57-2025 (山之口町)	吉見クリニック (外・整・内) 58-5633 (高城町)	橋 病 院 (整) 23-7236 (中町)
6 月	藤元上町病院 (内) 23-4000 (上町)	沖水こどもクリニック (小) 27-5656 (太郎方町)	有川呼吸器内科医院 (呼・内) 24-6677 (上川東)	国田光正内科医院 (内) 38-5115 (太郎方町)	福島外科胃腸科医院 (外・胃・整) 38-1633 (都北町)	どいクリニック (外・胃・内) 22-1825 (上東町)
12 日	有 馬 医 院 (内・小) 23-2610 (上長坂町)	柏 村 内 科 (内) 22-2616 (上町)	とくとめクリニック (内) 66-8112 (上長坂町)	飯屋外科胃腸科医院 (外・胃・内・山) 25-7712 (志田町)	よしかわクリニック (整・整・内) 23-9384 (前田町)	たきこ内科クリニック (内・内・小児) 46-9191 (若葉町)
19 日	柳 田 病 院 (小・内) 22-4862 (東町)	野 辺 医 院 (内・胃) 22-0153 (上町)	戸 嶋 病 院 (内) 22-1437 (都元町)	一心外科医院 (外・胃・内) 52-7788 (三股町)	いぶらぎ整形外科クリニック (形・皮) 45-0020 (年見町)	西元眼科医院 (眼) 25-8888 (中原町)
26 日	原 田 医 院 (内・小・外) 26-3330 (都元町)	ベテスダクリニック (内) 22-1700 (年見町)	しげひらクリニック (内) 27-5555 (神ノ山町)	もりやま脳神経外科 (脳) 21-6888 (久良原町)	小 牧 病 院 (整) 24-1212 (立野町)	中山産婦人科医院 (産・婦) 23-8815 (前田町)