

ほけんだより 6月

2026年6月1日 豊能町立ひかり幼稚園

暑さが増してきて気温の変化に慣れず、体調を崩しやすい時期です。睡眠、食事をしっかりとって、元気に過ごしましょう。また、水分補給も忘れずに！

すべての健康診断が終わりました。所見のあったお子さんには書面でお知らせしています。受診して受診報告書を提出してください。当日欠席したお子さんは園医さんに依頼書を持って行き、検診を受け報告書を提出してください。

シールノートに結果を記入してお知らせしますので、ご確認ください。

****視力検査のA・B・Cについて（5・4歳児のみ検査しました）****

A（1.0） B（0.9～0.7） C（0.6～0.3） D（0.3未満）

Bは子どもの成長過程で視力がまだ定まっていないので様子を見ます。

C・Dは何らかの原因が考えられるので受診を勧めます。

6月のほけん行事

6月15日（月） 身体計測 年中 年長

6月16日（火） 身体計測 年少

ふ
る
い
歯
ブ
ラ
シ
、
ど
う
し
て
ダ
メ
な
の
？

よごれを落としにくい

毛先が広がり、よごれを落とす力が新品とくらべて約30%もダウン。これではきれいにみがけません。



歯や歯ぐきを傷つける

広がった毛先はみがきにくく、力が入りがち。歯をけずったり、歯ぐきを傷つけて血が出たりします。



ばい菌がたくさんいる

毛の根元にはばい菌がたまりやすく、どんどん増えていきます。使い続けると病気の原因にも。



歯ブラシの交換は1カ月が目安。
ただし、その前でも毛先が広がってきたら新しい歯ブラシにかえましょう。



＊どろんこ・水あそび・フールあそびが始まります！＊

けんこうカードに、体温・水あそびできない十の記入をお願いします。

朝、変わったことがないか健康観察をしてください。

睡眠を十分にとり、朝ごはんを食べて来てください。

ケガや事故の無いよう、手足の爪を切っておいってください。

髪が長い場合は、束ねる等してまとめておきましょう。

こんな時はどろんこ・水あそび・フールあそびはできません

風邪気味で、咳・鼻水の症状がある（咳のひどい時はお休みしてください）

軟便（いつもの便が出るまで、下痢の時はお休みしてください）

結膜炎、中耳炎、外耳炎の症状がある

体調が悪く医師から薬を処方されている（ホクナリンテープ含む）

じくじくした湿疹やとびひがある

（水いぼは潰れていなければ可、潰れている場合は相談ください）

お風呂の前に絆創膏をはずしましょう！！

幼稚園でケガをして、絆創膏をはって帰ることがあります。お風呂の前には、はずして傷を確認し、きれいに洗ってあげてください。傷が治っていない場合は絆創膏をはり直してあげてください。竹馬時の足の絆創膏もご家庭で同様に。

また、年長さんは、竹馬を頑張っています。傷口が気になる場合は、朝お家から絆創膏を貼ってきてくださいね。