



ほけんだより 4月号

ご入園、ご進級おめでとうございます。新しいお友達が増え、新年度が始まりました。子どもたちが健やかに元気いっぱい園生活を過ごすことができますよう、保健に携わってまいります。年度当初は、緊張から子どもたちも疲れやすくなっています。ご家庭では、ゆっくり休養できるように、ご配慮をお願いします。

年間保健行事予定

- <毎月>身体測定
- <5月>内科健診
- <6月>歯科健診、歯みがき指導
ちゅーりっぷ・ゆり・すみれ組
- <7月>細菌検査、視力検査
- <10月>内科健診、手洗い指導
- <11月>虫歯ゼロ表彰
ちゅーりっぷ・ゆり・すみれ組

※都合により日程が変更になることがあります。その都度事前にご連絡します。



集団生活をする上でのお願い

子どもたちの健康と安全を守るために、また感染症の拡大を最小限に抑えるために保護者の皆様にご協力をお願いいたします。大きく3つのお願いがあります。

- 1つ目・適切な時期に予防接種を受ける
- 2つ目・感染症が疑わしいときは早めに受診する
- 3つ目・感染症が治ってから登園すること

です。前日の夜や朝起きて、気になる症状があるときは登園前に医療機関を受診し、診断結果を園に連絡ください。また、前日に発熱など体調不良で早退された場合、翌日は自宅でゆっくり過ごし、お子さんの体力回復が確認できてからの登園をお願いします。



生活リズムを整えよう！

入園、進級で環境が変わった4月は生活リズムを改善するよい機会です。正しい生活リズムを身に付け、健康な体をつくりましょう。

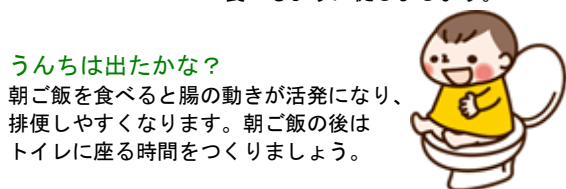
早寝早起きをしよう

睡眠は、脳や体の発育も促す大切な時間です。夜は9時頃までに眠り、朝は7時頃までに起きられるように習慣付けましょう。



ご飯はしっかり食べよう

朝ご飯を食べると体が目覚め、その日1日を元気に過ごせます。朝ご飯は、よくかんで、しっかり食べるように促しましょう。



うんちは出たかな？

朝ご飯を食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。朝ご飯の後はトイレに座る時間をつくりましょう。

保育中に嘔吐・下痢で衣類が汚れた場合、当園では塩素系漂白剤に10分間浸けてビニール袋に入れ、お迎えの際にお渡しします。自宅でのお洗濯は、他の洗濯物とは別にしてください。なお、色落ちする場合がありますのでご了承ください。

園で預かる薬について

1日3回の処方など、園での与薬が必要な場合は、与薬依頼書に記載し、薬の説明書またはお薬ノートをご持参ください。お薬・与薬依頼書・薬の説明書又はお薬ノートは直接手渡しでお願い致します。以下の場合、与薬できませんのでご了承ください。

- カバンに入ったまま
- 与薬依頼書がない・記入漏れがある
- 薬の説明書またはお薬ノートがない
- 以前もらったお薬や兄弟の薬
- 市販薬



その他、ご不明な点がありましたら、看護師・保育士にお問い合わせください。