



ほけんだより

4月号

令和5年4月1日
慈光保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。満開の桜に迎えられ、新しい園生活が始まりました。子どもたちが健やかに元気いっぱい過ごせますよう、「ほけんだより」を毎月発行いたします。どうぞ宜しくお願いいたします。



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。



登園前の体調チェック



園では毎朝、登園してきたお子さまの健康観察を行っています。ご家庭でも、登園前は次のようなポイントでチェックを行ってみてください。



- ☐ 熱はありませんか？
- ☐ 顔色はよいですか？
- ☐ 鼻水や咳は出ていませんか？
- ☐ 湿疹、発疹はないですか？
- ☐ 食欲はありますか？
- ☐ うんちは出ましたか？
- ☐ 機嫌はよいですか？
- ☐ 「痛い」「疲れた」などの訴えはありませんか？

健康診断のお知らせ

- 4月17日(月) 内科検診
古賀医院 古賀先生
0942-83-3457
- 4月19日(水) 歯科健診
熊谷歯科 熊谷先生
0942-82-4970

注意事項

- * 保護者の付き添いは不要です。
- * 当日お休みされる場合は、健康診断表をお渡ししますので、各自で上記の先生のところへ事前に連絡をし、健康診断を受けに行ってください。
- * 日程は変更になることがあります。その際は改めてご連絡します。

検温表

お子さまたちの体調を把握するために保護者の皆様には、検温表を記入していただいております。毎日登園時に持たせてください。ご協力を宜しくお願いいたします。

園で預かる薬について

基本的に園で薬の与薬は行っておりません。やむを得ず薬を持参される場合は、担任や看護師にご相談の上、下記の要項を必ず守ってください。

- 医師の処方以外の薬はお預かりできません。
- 1回分のみ持参してください。
- 薬に名前を明記してください。
- 登園時に必ず担任に手渡ししてください。(手渡しでない場合で確認がとれない時は、与薬はいたしません)
- けいれん止めなどの座薬は例外です。

