

4月 ほけんだより

2018年4月2日
緑の家保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。新しいお友だちが増え新年度を迎えることができ、ひとつ大きくなった！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、嬉しく思います。子どもたちが健やかに元気いっぱい園での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、環境の変化や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ご配慮をお願いいたします。

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。



《4月の保健行事》

● 春の健康診断

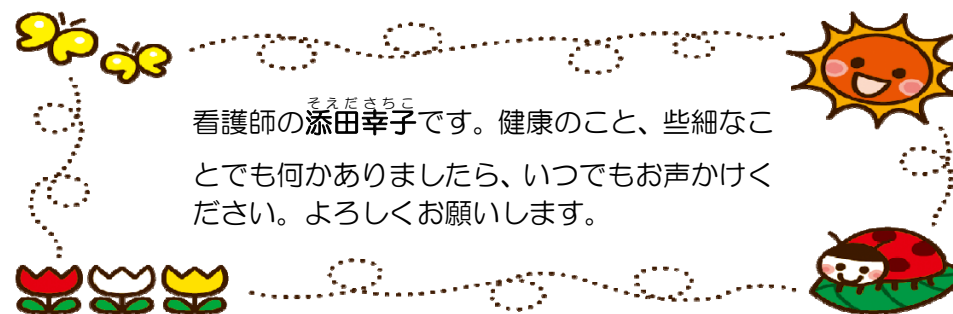
4/25(水) 9:30~
当日はできるだけ遅刻のないように登園をお願いいたします。

● 乳児健診

4/18(水) 9:00~

● 身長体重測定

ことり→ 4/10(火)、4/24(火)
うさぎ・ちゅうりっぷ→ 4/6(金)
ひまわり・たんぽぽ・すみれ→ 4/5(木)



看護師の添田幸子そえださちこです。健康のこと、些細なことでも何かありましたら、いつでもお声かけください。よろしくお願いいたします。

保健室からのお知らせ

- 3月1日から「子ども予防接種週間」でした。接種されましたでしょうか。保育園の集団生活において感染症の予防にはでは予防接種が大切です。予防接種を受けた後の登園はできませんのでご了承ください。また予防接種を受けましたら、月日、及び、どの予防接種の検査をしたのかを、担任または添田にお知らせくださるようお願いいたします。
- 4月より健康連絡カードが新しくなりました。
- 健康連絡カードは身体測定後と健診後等の際にお配りしています。ご覧になりましたら確認後、印又はサインをし担任に渡すようお願いいたします。
- 新たに接種された場合は予防接種状況は母子手帳で確認しつつ、健康連絡カードの裏面に予防接種記入欄がありますので記入をお願いいたします。

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？