



4月のほけんだより



令和5年4月
わんわん保育園
杉山・佐藤

ご入園・ご進級おめでとうございます。新年度が始まりました。年度当初は、緊張することも多く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します。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。どうぞよろしくをお願いします。

登園前の体調チェック

毎朝、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？(37.5度以上)
- 顔色はよいですか？
- 鼻水や咳は出ていませんか？
- からだに湿疹、発疹はないですか？
- 食欲はありますか？
- おしっこ・うんちは出ましたか？
- 機嫌はよいですか？
- 「痛い」「疲れた」等の訴えはありますか？

気になるときは…伝えてください！！

少しでも気になることがあれば、登園時に必ず伝えてください

- ① **どこが気になるのか**：いつもと状態が違う。朝の家庭での様子など。
- ② **家庭での対応**：〇時に検温したら〇度だった。あまり睡眠できていないなど。
- ③ **園での過ごしかたについて**：外遊びは控えて欲しいなどの要望がある場合は、伝えてください。※やむを得ずご要望に添えない場合もありますので、その時は相談させてください。
- ④ **当日の連絡先**：すぐに連絡がつくようにしてください。ご登録の緊急連絡先を必ずご確認ください。

園で預かる薬について

※園でお薬の与薬は行っていません。

やむを得ずお薬を持参される場合は、下記の要項を必ず守ってください。

- 医師処方以外のお薬はお預かりできません。
- 1回分を同様の容器に入れて持参してください。
(お薬容器以外はお預かりできません)
- お薬に必ず名前を明記してください。
- 登園時必ず担任に「お薬連絡票」と一緒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場合は与薬いたしません)
- 気管支拡張テープ・虫除けテープ等の使用は禁止しています。

生活リズムを整えましょう

新年度、環境の変化などにより体調を崩しやすい時期です。元気に過ごすためにも、規則正しい生活リズムを心がけましょう。

早寝早起きを心がけましょう

睡眠は、脳や体の発育を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。



朝ごはんをきちんと食べましょう

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、排便をしやすくなります。朝ご飯の後はトイレに座る時間をつくりましょう。



看護師の杉山と佐藤です！

病気やケガのこと、身長や体重のこと、予防接種のこと、言葉や視力・聴力などいろいろな発達のこと...

気になることがあれば、いつでも声をかけて下さい！

