



令和5年4月
わんわん保育園
看護師 杉山

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お願い致します。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。どうぞよろしくお願い致します。

入園、進級で環境が変わる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。



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。



生活リズムを整えよう！

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、登園時に必ず保育者に伝えてください

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

：●時に検温したら●度だった。
あまり睡眠できていないなど

③園での過ごし方について

：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と異なる場合は必ず伝えてください。

園で預かる お薬について

※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。

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をチェックしてみてください。



- ☐ 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」等の訴えはありませんか？

看護師の

「佐藤・杉山」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等
気になることがあれば、
いつでも声をかけて下さい。

