



ほけんだより 4月号

平成30年4月2日
どりーむ保育園
看護師 山根有希

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？

身体測定のお知らせ

園では月に1回
身体測定（身長・体重）を測定しています!!

また、年に2回歯科検診と内科健診・尿検査を実施しています。

注意事項

- * 歯科検診・内科健診の日はなるべくお休みのないようお願いします。やむおえず休む場合は後日行います。
- * 内科健診時は健康調査票を配布するので、記入し園に持たせてください。



体調の連絡を!!

小さい子ども達は数時間で体調が変わってしまう事も…昨夜、朝変わった様子やケガ、傷の有無などがありましたら必ず、受け入れ時に職員までお伝え下さい。

園で預かる薬について

基本的に園で薬の与薬は行っていません。やむを得ず薬を持参される場合は、与薬依頼書を提出し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)

