

ほけんだより 4月

令和6年4月1日発行
いなぎのぞみ保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、ひとつ大きくなった！という期待と喜びいっぱいの笑顔に出会うことができうれしく思います。

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」を通して健康に関する情報をお知らせしていきます。どうぞよろしく願いいたします。



園医の紹介

今年1年間、健康診断を始めとしたお子さまの健康管理に関し、ご指導とご協力をいただく先生方です。

東長沼クリニック：中島 一生美先生
さやま歯科クリニック：佐山 治正先生

4月の保健行事のお知らせ

0歳児健診：18日(木)13:30～

身体測定：8日(月)～12日(金)

今年度より身体測定結果はハグノートにてお知らせいたしますのでご確認ください。
けんこうのきろくは、内科健診・歯科検診の結果をお知らせするときのみ使用します。健診後お手元に渡りましたらサインをして職員にお戻しください。

お薬に関するおねがい

当園では原則としてお薬のお預かりはできません。医療機関を受診される時は保育園に通っていることをお伝えいただき、朝と夜のみの服用で済むように調節をお願いします。

ただし、医療機関から処方されたワセリンやヒルドイドクリームなどの保湿剤は必要に応じてお預かりすることができますので、ご希望の方は職員までお声掛けください。



生活リズムを整えよう！

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



保育園では毎朝、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」など訴えはありませんか？