



ほけんだより 4月号

平成29年4月3日

軽野保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。この時期は新しい生活に緊張が続き、心身ともに疲れが出てきます。十分な睡眠と栄養をとるよう心がけましょう。

本年度も子どもたちが健やかに元気いっぱい過ごせますよう、ご家庭と連携をとっていきたいと思います。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」などの訴えはありませんか？

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。病院受診の際には、保育園に通っていることを伝え、処方回数1日2回に変更出来ないか等を担当医師にご相談下さい。

やむを得ず薬を持参される場合は、担任にご相談の上、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。
(確認がとれない時は、与薬出来ない場合もありますのでご注意ください。)



内科健診のお知らせ

4月17日(月) 13:00~

嘱託医 野口医院 野口 英一先生

注意事項

- * 前日は、入浴をし身体をきれいにしましょう。
- * 上半身裸で行いますので、下着には記名をお願いします。
- * 髪の毛の長いお子さんは、結んできて下さい。
- * 医師に聞きたいこと等ありましたら、担任にお伝えください。

*** 欠席のないよう ご協力をお願いします。**

