ほけんだより　４月号

令和5年4月3日発行
軽野保育園
工藤　由子

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！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とても嬉しく思います。保健に関する情報を「保健だより」を通じてお知らせしていきます。どうぞよろしくお願い致します。

登園前の体調チェック

登園前、検温と健康観察表への記入をお願いしています。チェック項目に沿って症状の有無を〇×にて記入して毎朝登園時に提出をしてください。
休日も記入をお願いします。

爪はキレイかな？

爪が伸びていると、お友達をひっかいてしまったり、折れたりなど、ケガの原因となります。
また爪は、汚れがたまり不潔になりやすいところにもかかわらず、指しゃぶりや爪をかむくせがある子も多く、汚れたままにしておくとバイ菌を直接取り込んでしまいます。お風呂上りの爪のやわらかい時などを利用して定期的なケアをお願いします。
毎週月曜日に爪の衛生検査を実施しています。ご家庭でのチェックもお願いします。

健康ノートが変わります

毎月の身体測定の結果を「健康ノート」に記入して配布していましたが、今年度より「コドモン」にてお知らせすることになりました。毎月の身体測定がおわりましたらお知らせしますので、コドモンでの確認をお願いします。
これまでに記入した「身体測定の記録」は後日返却しますのでご家庭で保管をお願いします。

――４月は予防接種歴の調査期間です――

「健康ノート」の『予防接種の記録』のページを確認し、新たにうけた予防接種がありましたら追記(新入園児の方は新規記入)をお願いします。

MR(麻疹・風疹)ワクチンのⅡ期接種は小学校就学前の１年間です。
つばさ組さんは接種の確認をしましょう。

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。

園で預かる薬について

原則、園での与薬は行っていません。
病院を受診した際は、医師に保育園に通っていることを伝え、１日２回(朝・夕)の処方にできないか、または(朝・帰宅後・就寝前)の内服にできないか等を担当医師に相談してみてください。

なお慢性疾患により服用を必要とする場合は、ご相談ください。