

なほ保健だより

令和6年4月8日

成田保育園

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、新しい保育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

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。



健康診断のお知らせ

4月18日(木) 内科健診 15時～
7月4日(木) 歯科健診
10月17日(木) 内科健診 15時～
※健診の日は、出来るだけお休みしないようにしてください。

健診準備

内科健診の日は、髪の毛長いお子さんは髪をしばりましょう、歯科健診の日の前には、お口を開ける練習や歯並びを見る「いー」のお口をお家の人とやってみましょう。



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。やむを得ず薬を持参される場合は、担任にご相談の上「薬の依頼書」を提出ください、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)

〇〇くみ ※薬は、依頼書と一緒に名前を書いた口の閉まるビニール袋にいれてください。 〇〇 薬

※口の閉まるビニール袋 薬の袋にも名前を書いてください。

