

4月 ほけんたより



身だしなみを 整えましょう

爪が、伸びていると肌を傷つけたり、爪の間にはい菌が入り込んでしまうこともあります。また、髪の毛が目に入ったり、長い髪をそのまま下ろしていると、活動の妨げになったり、視力の低下を招いてしまうこともあります。

爪はこまめに確認し、髪の毛はなるべく結んでのびのびと活動できるようにしてあげましょう。



保育園で 預かる薬について

保育園では、市販のお薬の与薬を行う事が出来ません。病院で処方された薬は、与薬出来ませんが、出来るだけ自宅での与薬をお願いします。病院にかかる場合には、園に通っていることを伝えたくて、処方の回数を朝と夕の1日2回に変更できないかなど、担当医師に相談してみてくださいようご協力をお願いします。

※与薬依頼書の記入漏れがない様をお願いします。



入園・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。今年も保健に関する情報を「ほけんたより」を通してお知らせしていきます。



生活リズムを整えましょう

新年度、環境の変化などにより体調を崩しやすい時期です。元気に過ごすためにも、規則正しい生活リズムを心がけましょう。

早寝早起きを心がけましょう

夜は9時頃までには寝るようにし、朝は7時頃には起きるように頑張りましょう。十分な睡眠は「日中の疲れをとる」「体の成長を促す」「病気を治す力が増す」ことにつながります。



朝ごはんをきちんと食べましょう

朝食を食べることで、体が目覚めその日の体のリズムが始まります。よくかんでしっかり食べましょう



朝、家で排便をしていきましょう

朝ごはんを食べると、腸の働きが活発になり、便が出やすくなります。朝は、どうしても慌しくなりがちですが、十分なトイレタイムを取れるよう家族全員で朝の生活を見直しましょう。



新型コロナウイルス感染症の 感染対策のお願い

今年度も引き続き、感染対策のご協力をお願いします。

下記項目について、改めてお願いします。

★毎日の健康観察カードの記入と保育士に手渡しをお願いします。

★保育園やお家で38度を超える発熱があった場合は、解熱後24時間経過後の登園をお願いします。

保育園の感染対策による 一部保育の変更について

誕生日会などの室内での行事については、当面の間、分かれて行います。

うみ組・・・3,4,5歳児

そら組・・・0,1,2歳児

どうぞ、宜しくお願いします。

お知らせ

5月は、内科検診・歯科検診があります。

