

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喜びと期待でいっぱい笑顔に出会うことができ、とてもうれしく思います。今年度も子どもたち元気いっぱい園生活を過ごせるよう保健に携わってまいります。1年間よろしくお願い致します。

年間保健行事予定

- < 毎月 > 各クラス 身体測定
- < 4月 > 尿・蟻虫検査
- < 5月 > 内科健診（前期）
- < 6月 > 歯科検診（前期）
- < 11月 > 内科健診（後期）
- < 12月 > 尿検査
歯科検診（後期）

※都合により日程が変更になることがあります。そのつど事前にご連絡します。

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時ごろまでには寝るようにし、朝は7時に起きるようがんばりましょう。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まります。よく噛んで、しっかり食べましょう。



園で預かる薬について

基本的に園での与薬は行っていません。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、処方回数などを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。

なお、下記の薬については、例外的に園で与薬を行う場合があります。ご相談ください。

- 熱性けいれん、てんかんの防止薬
- 慢性疾患（心臓病など）の治療薬
- 抗アレルギー薬・ぜんそく薬
- アトピー性皮膚炎・湿疹などの軟こうなど

その他、薬に関してご不明な点がございましたら、看護師・保育者にお問い合わせください。

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？



「夜、咳をしていた」「うんちが出ていない」「ご飯をあまり食べてない」などなど体調面で気になることなどありましたら、登園時お伝え下さい。

てあらいのうた

♪ てのひら あらおう

てのこう あらおう

ゆびのあいだと

おやゆび あらおう

てくびも あらい

よく ながみましょう♪

全国で新型コロナウイルスの感染が拡大し、様々な対策がされています。登園に関する協力依頼や検温・健康観察シートの記入、園玄関での手指の消毒などなど、保護者の方々のご協力に感謝致します。

ただ、当園では手指洗浄・消毒液を設置していましたが、在庫が不足している状況です。そこで、園では感染症予防のひとつとして、**手洗いも重要視**しています。改めて手洗いの歌を紹介します。「キラキラ星」の替え歌で、園でも歌っています。ご家庭でも手洗いする時に歌ってみて下さい。