

ほけんだより 4月号

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、新しい幼稚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？

健康診断のお知らせ

- ・4月11日(木) 内科検診があります。
- ・毎月身体測定があります。
- 各クラスによって日程が変わります。

注意事項

- * 内科検診当日は体操着で行いますので、忘れずに準備してください。
- * 体操着や下着には必ず名前を明記してください。
- * 正しい身長が測れなくなるので、頭の真上で髪の毛を結ばないでください。
- * 当日お休みの場合は、後日測定します。
- * 内科検診をお休みされた場合は再受診して頂く形となります。お渡しする書類に園医さんの証明をもらい園に提出ください。

体調管理ノート

お子さまたちの体調を把握するために保護者の皆様には、体調管理ノートを記入していただいております。お子さまの体調と検温を記入し、毎日登園時に持たせてください。ご協力を宜しくお願いいたします。

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、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)

