

ご入園、ご進級おめでとうございます。春の訪れとともに新学期を迎えました。子どもたちが健やかに元気いっぱい過ごせますよう、保健に携わっていきます。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？

園医のご紹介！

《学校医》

耳鼻咽喉科のさき医院
野崎 隆平 医院長

《学校歯科医》

小泉歯科医院
小泉 善彦 医院長

今年一年間、健康診断をはじめとした、子どもたちの健康管理に関し、ご指導とご協力をいただく先生方です。



体調をお伝えください

お子さまたちの体調を把握するために、ご家庭での様子や、体調の変化を保育教諭又は看護師にお伝えください。保育中の検温の目安となり、体調不良の早期発見につながります。お気軽にお声がけください！

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)

