

春の訪れとともに新年度が始まります。ご入園・進級おめでとうございます。子どもたちが健やかに元気いっぱい園生活を過ごす事が出来るよう、保健に携わってまいります。保健に関する情報は「ほけんだより」を通してお知らせしていきますので、よろ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。



健康診断のお知らせ

* 毎月身体測定を実施します。

○5月・11月：内科健診

○6月：歯科健診

上記の月で計画していますが、日にちは未定です。決まり次第お知らせいたします。



不要なタオルの収集のご協力をお願い

園では嘔吐処理の際に、古タオルを利用しています。ご家庭で不要になったタオルで構いませんので、収集にご協力をお願いいたします。お持ちになられた際は、担任もしくは保健室で受け取りさせていただきます。

病児保育・体調不良時のお願い

- ①登園前にお子さまの体温を測定し、37.5℃以上の発熱時は、家庭保育又は病児保育の利用をお願い致します。解熱し24時間以上経過するまではご家庭で様子を見て下さい。
- ②24時間以内に嘔吐があった際は、ご家庭で様子を見て下さい。
- ③24時間以内に2回以上、ドロドロの便・水様便が認められた際、ご家庭で様子を見て下さい。

保育中に発熱・体調不良を認める場合は、保護者様の緊急連絡先にご連絡します。集団生活となっており、感染拡大に努めてまいりますので、ご協力のほどよろしくお願いいたします。また、保健課では、毎日の欠席状況を把握しているため、欠席時は連絡をお願いします。その際に、いつから・どのような症状・受診の有無・結果をお伝えください。

緊急連絡先について

お子さまの体調不良時、緊急時は、保護者様の緊急連絡先に連絡致します。お手数ですが、連絡帳に必ず連絡先の記入と部署名または内線番号までの記入をお願い致します。

園で預かる薬について

- 与薬は医師に処方された薬のみです。
- 与薬依頼書を記入し、薬は1回分のみ持参して下さい。
- 薬に名前（容器・袋）を明記して下さい。
- 登園時に必ず担任へ薬の持参があることを伝え、手渡しして下さい。
- 解熱剤のお預かりはいたしません。但し、熱性けいれんの既往があり、医師より抗痙攣薬の指示が出ている場合は、看護師と面談後にお預かりいたします。
- 朝食後の薬はご家庭で内服して下さい。

