



4月のほけんだより



令和2年4月1日

かぬき保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とてもうれしく思います。ことしも保健に関する情報を「ほけんだより」を通してお知らせしていきます。

年間保健行事予定

- 〈4月20日〉 尿検査（3歳児以上）
- 〈4月23日〉 内科検診 13時～
- 〈5月28日〉 歯科検診・フッ素塗布 9時半～
- 〈9月24日〉 歯科検診・フッ素塗布
- 〈10月〉 内科検診
- 〈2月10日〉 フッ素塗布

※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。

※フッ素塗布は、2歳以上の希望者です。希望しない場合は、連絡帳にてお知らせください。

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時に起きるようにがんばりましょう。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。朝はどうしてもあわただしくなりがちですが、十分なトイレタイムをとれるよう、家族全員で朝の生活を見直しましょう。



薬についてのおねがい

- ・お子さんの薬は本来は保護者が登園して与えて頂くのですが、やむを得ない理由で保護者が登園できない時は看護師または担当者が保護者に代わって与えます。
- ・**与薬依頼表に必要事項を記入し、お薬の説明書と一緒に袋に同封してください。**
- ・お薬は1回分のみにし、記名をして下さい。
- ・保護者の方が職員に手渡しをして下さい。
- ・薬の袋は年間通して使いますので、使わない時はご家庭で保管をお願いします。
- ・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。**

※「与薬依頼表」「お薬の説明書」の不備、記名がない、手渡しではない場合は、与薬できません。

4月6日(月) 身体測定を行います。

全園児対象です。当日は次のことに気をつけてください。

- 着脱しやすい服装で来てください。また、服には記名も忘れずに。
- 髪の毛を結んでいる場合は、頭の上でなく、横でしぼるようにしてください。



※熱のあった翌日の登園について

熱が下がった事を確認してから24時間はお家でゆっくり過ごすようにしましょう。