



ほけんだより 4月号

令和8年4月1日
ミアヘルサ保育園
ゆらりん港南
看護師 吉富・足立

ご入園、ご進級おめでとうございます。新しい保育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。今年度も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？

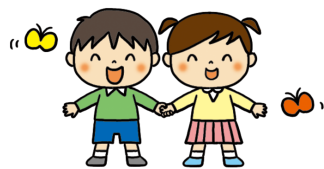
朝ご飯を食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。朝ご飯の後はトイレに座る時間をつくりましょう。



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？

先月の感染症報告

インフルエンザB型…4名 新型コロナウイルス…1名

引き続き、感染症対策をしっかりおこなひましょう。

今月の予定

【身体測定】

7日…ひよこ組 9日…りす組

10日…うさぎ組 14日…幼児クラス

【健康診断】

16日…ひよこ組・りす組

23日…ひよこ組・うさぎ組

※今年度から2～5歳の身体測定はプライバシー配慮の観点から全身着衣の状態で行います。そのため体重は服の重みが加わった数値となります。

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。医師が園での与薬が必要と判断した場合に限りお預かりが可能です。以下の内容をご理解いただき、ご協力をお願いいたします。

- 与薬依頼書の記入が必要です。
 - 薬剤情報提供書も併せて添付してください。
 - 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。
- ※与薬依頼書は園のホームページからダウンロード可能です。

【咳止めのテープ（ホクナリン、ツロフトロールテープ）について】
貼付して登園した際は、必ずコドモン・口頭にてお知らせください。また誤飲防止のため、絆創膏で保護し、絆創膏に記名をお願いいたします。

