

# ほけんだより



2022年 4月 ゆらりん仙川保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。新しい環境に慣れるまで少し時間がかかると思いますが、楽しく安全な日々を過ごせるよう努めていきたいと思っておりますのでよろしく願いいたします。ご不明な点や不安なことがありましたら、職員までお声掛けください。

## 早寝、早起き、朝ごはんが大切

早寝早起きをして規則正しい生活をする、朝ごはんをしっかり食べることが大切です。朝ごはんを食べることで体温を上昇させ、脳や体を目覚めさせ午前中から元気に遊ぶことができます。しっかり遊べることで適度に疲れ、夜もぐっすり眠れるという規則正しい習慣を作り出すことができます。たくさん遊ぶことができることで、子どもの心身の成長、発達にも良い効果をもたらすといわれています。お仕事をしていると早寝は難しいかと思いますが、お風呂や食事の時間をやりくりし、遅くとも21時にはお子さんが就寝できるようにすると生活リズムがつきやすくなります。新年度をむかえたのをきっかけに、生活を見直してみるといいかもしれません。

## ☆保育園からのお願い☆

体調がいつもよりすぐれない時や、お薬を服用している時は職員にお知らせください。

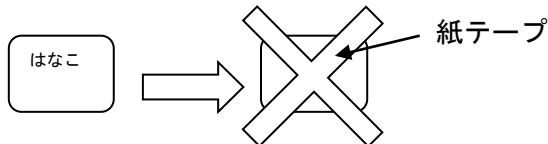
医師が処方した薬で、一度家庭で内服し副反応がでないことを確認できた薬に限り投薬いたします。その場合は「投薬依頼書」と「薬剤情報提供書」(処方の際にもらう薬の説明書)と、当日の薬一回分のみの薬をご持参ください。その際に容器、もしくは包装に記名をお願いいたします。投薬依頼書は週ごとの提出になります。週末をはさんで依頼する場合は、月曜日に再度、投薬依頼書の提出をお願いします。薬と投薬依頼書、薬剤情報提供書は必ず職員に手渡ししてください。

・園ではお子さんの予防接種や健康診断の状況を把握する為に、これらを受けた場合に母子手帳のコピーを頂いています。なお、予防接種当日の保育は副反応の関係上お子さんはお預かりできませんのでご了承ください。

## 貼り薬(ホクナリンテープ)についてのお願い

調布市より、誤飲防止のために、貼り薬を使用の際は絆創膏や紙テープで保護するように指導をされております。貼り薬は汗や時間が経つと剥がれやすくなります。剥がれて床に落ちると誤飲の可能性がありますので、貼り薬を使用の際は以下の図のように剥がれないよう絆創膏や紙テープで固定をお願いします。(尚、剥がれた薬に対して、薬効は十分に吸収したと考え、再添付は致しません。)

張り薬



紙テープで保護の際は、図のように二重でお願いします。張り薬には記名を忘れずをお願いします。

## 園医の先生のご紹介

園医の先生は「村上こどもクリニック」院長の村上由加里先生です。園医による健康診断を保育園にて0歳児は毎月1回、1歳児以上は年に2回おこないます。身長、体重等の計測結果と共に、結果はコドモンにてお知らせいたします。

〒182-0002 東京都調布市仙川町3-7-15 TEL03-3300-4633

村上こどもクリニック

村上由加里医師