



4月のほけんだより

2024年度
松葉保育園
看護師

ご入園、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、ひとつ大きくなった！という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」や1階玄関の掲示板を通してお知らせしていきます。今年度もどうぞよろしくお願い致します。

年間保健行事

4月の乳児健診…4月16日（火）15:00～

春の健康診断 …6月13日（木）

秋の健康診断 …9月19日（木）

歯科検診 …5月30日（木）

歯みがき指導 …未定（後日ほけんだよりでお伝え致します）

毎月全クラス身体測定を行います。また、0歳児（たけ組）は毎月乳児健診も行います。

※結果は『健康の記録』に記載致します。健康の記録は園からの持ち出しはできません！

怪我などで受診する際に、健康の記録を持参して行きますので、結果を確認しましたら必ず元の位置にお戻しく下さい。また、住所や緊急連絡先が変更になった場合は、直接記入して頂くか、担任へお伝えください。



★予防接種を受けた場合

掲示板に『予防接種報告メモ』という用紙を用意しておきますので、予防接種を受けたら、そちらに記入して頂き、翌日連絡帳に挟んで園に提出して下さい。

★園で預かる薬について

基本的に園での与薬は行っていません。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、処方回数を1日2回に変更できないか等かかりつけ医にご相談ください。

なお、慢性疾患等で例外的に園で予約を行なう場合があります。その際は与薬投与書が必要となりますのでご相談ください。

生活リズムを整えよう

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、規則正しい生活を心がけましょう。

早寝早起きを心がけましょう

夜は9時ごろまでにはねるようにし、朝は7時には起きるように頑張りましょう。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」ことに繋がります。



朝ごはんをきちんと食べましょう

朝食を食べる事で、体が目覚め、その日の体のリズムが始まります。よく噛んで、しっかり食べましょう。

朝、家で排便をしていきましょう

朝ごはんを食べると、腸の働きが活発になります。朝はどうしてもあわただしくなりますが、十分なトイレタイムが出来るように、家族全員で朝の生活を見直しましょう。



4月9日（火）に身体測定

全園児対象です。

当日は着脱しやすい衣服で登園してください。

髪の毛は頭の上ではなく、横でくるようにしてください。

