

4月のほけんだより

平成28年3月31日
富士わかば保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、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、とても嬉しく思います。今年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

- <毎月中旬頃> 身体測定
- <4月> 19日 内科健診(全園児)
- <5月中旬頃> 尿検査(3~5歳児)
(日程は後日お知らせします)
- <6月> 1日 歯科検診(全園児)
- 15日 眼科検診(3~5歳児)
- <10月> 18日 内科健診(全園児)

※都合により日程が変更になることがあります。その都度、事前にご連絡します。

生活リズムを整えましょう

子どもは小さいほど生活リズムが整うだけで、機嫌も成長も体調も驚くほどよくなり落ち着いて日々を過ごせるようになります。

早寝早起きを心がけましょう

夜は8時~9時に就寝
朝は7時までには起きる
十分な睡眠は「日中の疲れをとる」「心身の成長を促す」「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

食育だよりを参考に、簡単でいいので必ず食べる習慣をつけましょう

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。
お昼、保育園ではトイレタイムが始まりますが、大きくなって学校でするのも子どもは辛い...小さいうちに習慣づけを!



暗いときは電気を付けてください

週末など、各部屋に荷物を取りに行くことがあると思います。さまざまなところを定期的にチェックしていますが、時々暗くて危ないこともあります。

遠慮なく、電気を付けてくださいね。特に暗い季節は、つけっぱなしで構いません。

内科健診について

・4/19(火)
9:30~
おこないます。

- ・全園児対象です
- ・当日は9時までには登園していただきます
- ・着脱のしやすい服装にしてください
- ・お休みの場合、健診だけ来ていただく方法もあります。後日の受診は負担になると思いますので、ご相談くださいね。

しらみについて

現在、新ひつじさん・新きりんさんで数名発見され、発見したお友達にはご報告・駆除をお願いしています。

現代では「不潔」で発生するのではなく、人にも虫にも過ごしやすい環境が原因で、意外に身近に見られるものです。

保育園でも日々確認していますが、お家でも見てみてください。

一番多いのが、耳のまわりから後頭部、多くなると前髪あたりから全体的にみられます。

髪の毛をさっぱり切る、という方法はとても効果的です。可能でしたら併せてご検討ください

- H28年度から尿検査が3歳児(くまさん)以上になります。3歳児検診時にも尿検査を行うためですが、もし異常がありましたら保育園にもご報告くださいね。
- 新しい環境になると、子どもたちのけがが増えてくると思います。軽いけがのときは自分で立ち上がり、大きいお友達は大きな声を出して泣いたりしないでぐっと頑張れるような(頑張ったことをほめてあげられるような)、丈夫な心身を育ててあげたいと思います。お家で「泣かなかったよ!」と言ってきたらぜひ、いっぱいほめてあげてくださいね!
(ご家族が心配してしまうようなけがの時はご連絡します)

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。

実際当園では、風邪ぎみ・花粉症などでも元気に登園できるようなお友達の与薬は、ほとんどありません。

しかし、疾患によってはこの限りではありません。

病院にかかる場合には、医師に保育園に通っていることを伝え、相談してください。

医師が保育園でも必要と判断した場合は与薬します。

その際は、所定の手続きをお願いいたします。

