

4月ほけんだより



令和7年4月発行
社会福祉法人
聖天奉仕会 第二和光園
看護師 田中

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！という喜びと期待で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。

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」を発行して行きたいと
思います。よろしくお願いします。

体調不良時のお願い

お子様の体調が悪くなったときは、基本保護者にすぐに連絡をさせていただきます。お仕事でご都合が悪いときもあるかと思いますが、お子様の急変も考えられますので、早めのお迎えをお願いします。

『〇〇時にはお迎えに行きます』と待機時間を知らせてもらえるとこちらも助かります。また4月入所の子供さんは、環境の変化や他者とのふれあい等で、急な発熱や下痢、嘔吐などが多くみられますので体調の変化に気をつけてください。

園で預かる薬について

- ・「投薬依頼書」に必要事項を記入し、飲み薬は「1回分」のみ持参してください。
- ・お薬は依頼書が見えるように透明の袋に入れて、登園時に保育士に直接渡してください。
- ・お薬は医師にご相談の上、できるだけ（朝・夕）ご家庭で対応できるようにご協力をお願いします。
軟膏や点眼薬、点耳薬も同じです。
- ・貼り薬を貼られている場合も登園時にお知らせください。
剥がれ落ちやすいので特に乳児クラスでは誤嚥の危険がありますのでよろしくをお願いします。

その他、薬に関してご不明な点がありましたら看護師・保育士にお問い合わせください。

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

睡眠は、脳や身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時頃までには起きられるように習慣づけましょう。



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。朝は十分なトイレタイムがとれるようにしましょう。



登園前の体調チェックについて

園では随時、健康観察を行っています。
ご家庭でのチェックポイント！

- ・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・発疹はありませんか？
- ・食欲・機嫌は良いですか？

