

# ほけんだより



平成26年4月 あおぞら保育園

ご入園ご進級おめでとうございます。

うららかな春の日差しに、色とりどりの花が咲く季節になりました。「咲」という漢字には、もともと「笑う」という意味があるそうです。たくさんの花が咲くように、笑顔があふれる一年でありますように、見守りたいと思います。

新入園児はもちろん、進級した子どもたちにとっても、環境が大きく変わる新年度は緊張の連続です。休日は、ゆっくりと過ごせるように心がけてあげてください。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。本年度もよろしくお願いいたします。

## 年間保健行事予定



- 4月24日(木)：ぎょう虫検査
- 5月中旬：春の健康診断 (日程調整中)
- 5月12日(月)：虫歯予防集会 10:00~
- 6月3日(火)：歯科検診 9:00~
- 10月：視力検査(4、5歳児)
- 11月：秋の健康診断(日程調整中)

- \*年間を通して、手洗いの仕方、トイレの使い方、鼻のかみ方、ブラッシング指導を行う予定です。
- \*身体測定は、毎月第3週目に行い、結果は「じょうぶなからだ」に記載します。
- \*0歳児は、毎月園医による健康診断を行います。

## 嘱託医の紹介



- ◎健康診断 双葉クリニック  
松崎 潤先生  
園児の発育・健康診断をみていただきま  
す。先生は温かく子どもたちと接して下さ  
いますので、子どもたちは安心して診察を受け  
ています。
- ◎歯科 井上歯科医院 井上雄温先生  
歯の健康を診ながら、生活の改善につい  
ても診てくださいます。



## 3月の感染症

発熱、下痢・・・1名  
インフルエンザは落ち着いてしまし  
た。アルコール消毒のご協力ありがと  
うございました。今月も手洗い・うがい  
をして元気に過ごしましょう。



看護師の  
**平野 理香** です。  
2児の母、子育て真っ最中です。  
心や体のこと、育児のこと、心配  
なことなどお気軽に声をかけてくだ  
さい。子どもたちが心も体も元気に  
過ごせるようにサポートします。  
よろしくお願いいたします。



## ぎょう虫検査があります

※ピンテープを配布します。必ず2日続けて行っ  
てください。  
各クラスに封筒を準備しますので提出し、名前  
を〇で囲んでください。ピンテープの真ん中に  
ありますシートは必ず外して提出してください。



提出期限は、4月24日(木)です

## 0歳児健診

4月14日(月)

13:30~

0歳児対象です。なるべく  
お休みしないようにし  
ましょう。



## 爪切りの習慣を



爪が伸びていると細菌が付きやすく、また割  
れてけがの原因になります。ふとしたことでお  
友達を傷つけてしまいますので、お休みの日に  
は必ず伸びていないかみてあげてください。

## 登園時・・・

お子様の様子がいつもと違う時は、登園  
時、職員に伝えて頂くと助かります。(直接  
担任がお会いできない場合は、連絡ノートを  
ご活用いただくか、看護師にお知らせくだ  
さい)

また、前日に「頭を打った」「車のドアに  
指を挟んだ」など軽いけがであっても伝えて  
頂けると、その後の様子を観察しながら保育  
が出来ますのでお知らせください。

## □どこが気になるのか・・・

朝の家庭の様子/いつもの状態と違うか  
など

## □園での過ごし方について・・・

散歩は控えてほしい、などの要望がある  
場合は、お伝えください。  
※やむを得ずご要望に添えない場合もあ  
りますのでそのときはご相談させて下さい。

## □当日の連絡先・・・

何か変化があったとき、すぐに連絡がつ  
くようお願いいたします。ご登録の緊  
急連絡先が違う場合は、必ずお伝えくだ  
さい。

## 感染症にかかったら・・・

□感染症に罹患した時は、園にご連絡くだ  
さい。ホワイトボードに掲示し、ご家庭  
にお知らせしています。

## 生活リズムを身につけよう

### ① 早寝早起きを意識して

眠りは日中の疲れを癒し、成長ホル  
モンを分泌させて脳や体の発育を促し  
ます。夜遅くても9時までには寝て朝  
は7時までに起きるようにしましょ  
う。



### ② 朝ごはんを食べよう!

朝ごはんを食べないと脳が働かず、  
ボーっとして活力がわいてきません。  
朝ごはんは元気の源です。必ず朝食を  
摂って登園しましょう。



### ③ うんちは済んだかな?

ごはんの後はうんちタイムをとり、  
トイレに座りましょう。便秘の場合は、  
朝一番のコップ1杯の水が腸を刺激し  
て排便を促します。

