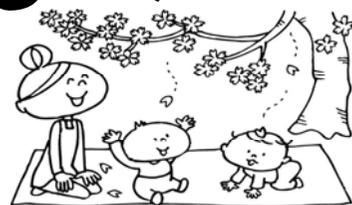


# 4月 ほけんだより



平成29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。

さわやかに吹く風の中、色とりどりの花が咲き、いよいよ春らしくなってきました。園庭では、走り回る子どもたちの楽しそうな声が響いています。一年間この子どもたちの元気な声が続くよう、しっかり見守っていきたいと思います。

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、ご家族で、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20日(木)：歯科検診
- 5月11日(木)：春の健康診断
- 6月9日(金)：虫歯予防集会(時間未定)
- 10月：視力検査(4、5歳児)
- ：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、歯のブラッシング指導を行う予定です。
- \*身体測定は毎月行います。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・健康診断を診ていただきます。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。

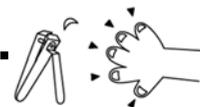


## 3月の感染症

□タウウイルス・・・1名

\*市内ではまだ、インフルエンザや感染性胃腸炎が出ているようです。外から帰ったら手洗い、うがいを忘れずにし、元気に過ごしましょう。

## 爪切りの習慣を



爪が伸びていると細菌がつきやすく、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見てあげてください。

## おねがい

### 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、職員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」など軽いけがや、休日に、嘔吐した、熱が出たなど、どのようなこと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

### □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。TVモニターに掲示し、ご家庭にお知らせしています。

## 0歳児健診

4月14日(金)

14:30~

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。



## 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。

