

R5.4.1
あそぞら保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。

いよいよ新年度のスタートです。ワクワク、緊張、不安な気持ちでいっぱいの子どもたち。環境が大きく変わる新年度は緊張の連続です。様々な気持ちを受け止めながら、子どもたちの成長を見守っていききたいと思います。

長引く新型コロナウイルスの影響もあり、引き続き安全管理へのご協力をお願いする中ではあります。子どもたちが楽しく過ごせる環境づくりに取り組んで参ります。今年度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ます。どうぞよろしくお願い致します。

3月の感染症

突発性発疹・・・1名
 感染性胃腸炎・・・1名
 インフルエンザA型・・・1名

・3月は感染症の発症がありましたが拡大せずに落ち着いています。羽村市内の小学校・保育園ではインフルエンザの発症が増えています。咳や鼻水をそのままにしておくとう急性中耳炎・副鼻腔炎・痰がたまって咳込み嘔吐をするなど、風邪を長引かせたり、症状が悪化することもあります。早めに受診しましょう。

4月の保健行事

◆10日(月)～14日(金)
身体測定

◆20日(木)
歯科検診 9:00～
全園児対象

◆24日(月)
0歳児健診 14:30～

歯科検診のお知らせ

日時 4月20日(木) 9:00開始
 場所 保育園ホール
 対象 全園児

*9時から開始しますので遅れないように登園しましょう。ゴム・アルコールのアレルギーがありましたら看護師まで早めにお知らせください。

*当日の朝は歯磨きを忘れずにしましょう。

*できるだけお休みをしないようにしましょう。もし、体調不良等でお休みした場合は後日、井上歯科医院で受診をお願いします。

*検診結果は、別紙にて後日お知らせいたします。

～「じょうぶなからだ」～

「じょうぶなからだ」に、お子さんの成長を記録します。結果をご覧になりましたら印鑑またはサインをして連絡ノート裏に入れてください。また、予防接種をされましたら項目欄にチェックしてください。1年間使用しますので紛失しないようお願いいたします。

～園医の紹介～

【0歳児健診と春・秋の健康診断】

双葉クリニック 松崎 潤 先生(内科)
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。

【歯科検診】

井上歯科医院 井上 雄温 先生
小児歯科専門医です。歯の健康と子どもの生活習慣についてもアドバイスを頂いています。

【過去の保健指導】

からだの話

トイレ指導

手洗い指導

歯みがき指導

*幼児クラスを対象に年間を通して保健指導があります。自分のからだを知り、相手のことも思いやる気持ちを育てます。

爪切りの習慣を...

爪が伸びていると細菌がつきやすく、また割れてケガの原因になります。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、伸びていないか必ず見てあげてください。

誤飲防止に関するお願い

乳幼児にとって興味のあるものを触ったり、なめたり、口の中に入れることは自然な事です。しかし、誤飲の恐れもあるため、以下の点にご協力ください。

- ・食品や動物アレルギーをお持ちのお子さんもお知らせするので、朝食は家で済ませてから登園してください。衣服が食べこぼしや食品で濡れている場合は、登園後に着替えを行うことがあります。
- ・シールや玩具、あめ玉、お菓子、お金(コイン)、薬等、小さいお子さんが口に入れそうな物がかばんやポケットに入っていないか確認しましょう。



- ・園内の感染症情報は、事務所前に設置しています。ご確認ください。
- ・登園前の検温は忘れずにお願いします。
- ・ご提出いただいた緊急連絡先①と当日の連絡先に変更がある場合は登園カードにご記入ください。

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。夜は遅くても9時までに寝て朝は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、ポーン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。

朝ごはんはなぜ大事?

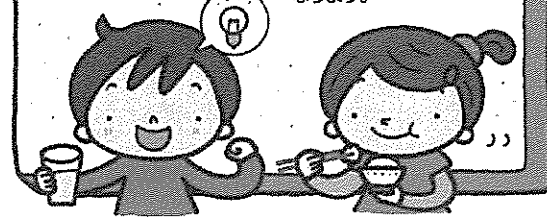
「朝ごはんが大切」とよく言われますが、なぜか知っていますか? 実は、脳や体によいことがいっぱいあるのです。

脳が元気になる!
朝ごはんは、睡眠中も働いてエネルギーが少なくなった脳に、エネルギーを与え、元気にします。

肥満防止になる!
朝きちんと食べると、昼ごはんの食べすぎがなくなり、太りにくくなります。

うんちが出やすくなる!
腸が刺激されて活発に動き出し、排便を促します。

活力が出る!
体温が上がり、血液が体中によく巡って、活動的になります。



可愛い子どもたちの日々の成長が楽しみです。保健指導を通して「体の大切さ」を伝えたり、一人一人の気持ちに寄り添いながら心身共にサポートします。保護者の皆様には、ご協力いただくことが多々あると思いますが、よろしくお願ひ致します。

看護師 平野 理香