

# 4月ほけんだより

平成31年4月1日 どんぐり山保育園 看護師 山根

## 🌸ご入園・ご進級おめでとうございます！🌸

たくさんのかわいらしい新入園児を迎えて、新年度が始まりました。  
進級した子どもたちは、「お兄さん」「お姉さん」として1歩ずつ階段を登っています。  
成長していく姿が楽しみで、子ども同様、緊張しつつも胸はずませてしまいます。

子どもたちが元気で楽しく過ごせるよう、保護者の皆様とともにサポートしていきたいと思っています。

不安なこと、心配なことなどございましたら、お気軽に声をかけて下さい。

今年度も1年間、どうぞよろしくお願い致します。

新入園の保護者のみなさまには、不安もあると思いますが、集団の中で、子どもたちは見違えるように

成長していきます。ご心配な事も多々あるかと思いますが、温かく見守って頂ければと思います。

年度当初は、緊張から、どのお子さんも疲れやすくなっています。ご家庭では、ゆっくり休養できるよう、

ご配慮をお願いします。



## 生活リズムを整えましょう

### 1、 早寝早起きを心がけましょう

疲労回復のためには、十分睡眠をとることが大切。

大人と一緒に夜更ししないよう、『寝る環境』を整えてあげることも必要です。



### 2、 朝ごはんをきちんと食べましょう

朝食を食べることで、脳が目覚め、一日を元気にスタートさせることができます。

時間にゆとりをもって栄養バランスのよい朝食をとりましょう。



### 3、 毎朝の排便を習慣づけましょう

規則正しい排便リズムを身につけることで便秘を防げます。

便が出なくても毎朝トイレに座る習慣をつけましょう。



## 病気になったとき・・・

☆保育園をお休みする場合や、受診などで登園が遅くなる場合は、

朝9時までに園に連絡し、お子さんの状態をお知らせください。

☆朝、元気に登園した場合でも、急に体調を崩して集団生活が困難になる場合があります。

そのような時は、保護者の方に連絡をさしあげ、お迎えに来ていただくことになります。

その際、熱だけでなく、感染症の疑いがある・嘔吐・下痢・咳・食欲・機嫌・睡眠などの状態をみて

判断させていただきます。(連絡先が変更になる場合は、必ずお知らせください。)



★保育園は集団生活の場です。感染症の疑いがある場合は、早めの受診をお願いいたします。

また、朝の時点で「いつもと違う」「何かおかしい」と感じましたら、無理な登園はせずご自宅で経過観察していただくことをお勧めしています。すべてのお子さんの健康と安全を守る為、ご理解、ご協力をお願いいたします。

## 予防接種について・・・

～計画的に受けましょう～

受け忘れていた予防接種はありませんか？

この時期に母子手帳を見直してみましょう。

傷つけて

園は、いろいろな子どもたちが共に過ごす集団生活の場。予防接種はできるだけ

受けていただくように すすめています。

0. 1mm

かかりつけの医師と相談し、

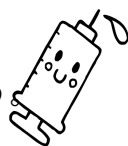
爪切りを

計画的に受けるようにしましょう。

ワクチン接種後は、状態確認が必要です。

登園前のワクチン接種はご遠慮下さい。

降園後の接種をお願い致します。



## ★MRワクチン★

I期：1歳の誕生日を過ぎたらすぐに接種しましょう

II期：就学前の1年間

(もり組さんは4/1～3/31までに接種しましょう!)



### 4月のほけん行事

健診 4月24日(乳児クラス)

4月26日(幼児クラス)

身体測定 4月22日~25日

### 3月の感染症

インフルエンザA型

胃腸炎

突発性発疹

6

名

1名

1名