

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！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とても嬉しく思います。保健に関する情報は「ほけんだより」を通してお知らせしていきます。一年間どうぞ宜しくお願いいたします。

年間保健行事予定

- <毎月> 身体測定
- <5月> 歯科検診
- <6月> 内科検診・尿検査（ゆき・ほし・そら組）
- <10月> 歯科検診
- <11月> 内科検診・尿検査（ゆき・ほし・そら組）



～お願い～

- ◆体づくりの為に、園では毎朝かけっこを行っています。
 - ・お便り帳入れに入っている検温カードに、朝の体温かけっこの参加の有無、保護者印を記入して毎日持たせてください。（きらら組はありません）
- ◆毎月身体測定を行っています。期日は園だよりで確認して下さい。また、次の事に気をつけましょう。
 - ・着脱しやすい服装で来てください。
 - ・洋服には記名も忘れずをお願い致します。
 - ・髪を結んでいる場合は、上の方ではなく、横で結ぶようにして下さい。
 - ・測定記録は、お便り帳の後ろに記載します。
- ◆毎週月曜日は衛生検査を行います。日曜日には爪と耳の掃除をお願い致します。

～園で預かる薬について～

- ◆基本的に園で薬の与薬は行っていません。やむを得ず薬を持参される場合は、担任にご相談の上、下記の要項を必ず守ってください。
 - 市販薬は投与できません
 - 医師の処方薬はお預かりできます。
 - 1回分のみ持参してください。
 - 薬に名前を明記してください。
 - 薬連絡票に必ず必要事項を記入し、薬と一緒に持たせて下さい。
 - 薬連絡票がない場合は投与できません。

※お薬連絡票は、本園ホームページからダウンロードできます。



生活リズムを整えよう！

入園、進級で環境が変わった4月は生活リズムを改善するよい機会です。正しい生活リズムを身に付け、健康な体をつくりましょう。

早寝早起きをしよう

睡眠は、脳や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時頃までに起きられるように習慣付けましょう。



ご飯はしっかり食べよう

朝ご飯を食べると体が目覚め、その日1日を元気に過ごせます。朝ご飯はよくかんで、しっかり食べるように促しましょう。

うんちは出たかな？

朝ご飯を食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。朝ご飯の後はトイレに座る時間をつくりましょう。

