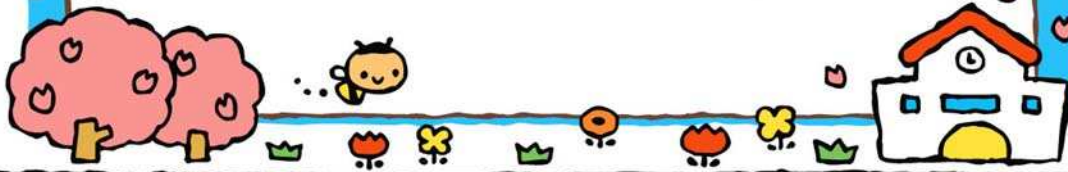


4月のほけんだより

令和3年4月1日

みなみひの保育園



入園、進級おめでとうございます。ようこそ、みなみひの保育園へ！今年は桜の開花も早く、草花や虫たちも皆さんを迎えているようです。職員一同、子どもたちと保護者が安心して園生活を送れるようにいたしますので、1年間よろしくお願いいたします。



生活リズムを身につけよう



入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ実践してみてください。

① 早寝早起きを意識して

眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までに起きるように促してみましょう。

② 朝ごはんを食べよう！

朝ごはんを食べないと、ぼーっとして、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。

③ うんちは済んだかな？

朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。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。



発熱後の登園について

熱が出ると体力が奪われて、体は一時的に弱った状態に。熱が下がってもすぐに登園せず、1日は家庭で様子を見ながら、安静に過ごさせてあげたいですね。また、朝、薬を飲んで登園したときは、忘れずにお知らせください。薬の種類によっては、眠気を催すものもあるので、園でも注意してまいります。よろしくお願いいたします。



今年度の保健行事

内科検診	4/15 (木)	10/7 (木)
歯科検診	6/17 (木)	11/18 (木)
視聴覚検診 (3歳児)	11月	
尿検査 (幼児)	11月	
身体測定	1回/毎月	
保健指導 (幼児)	1回/毎月	

新型コロナウイルスからお子さんを守るために・・・

- ☆ 手指消毒、手洗い、うがいの励行にご協力をお願いいたします。玄関にて保護者の皆さまはアルコールで消毒をお願いいたします。
- ☆ 遊びに入る前に（乳児クラスは）手洗い、（幼児クラスは）手洗い、うがいの声かけをお願いいたします。
- ☆ 在宅勤務、勤務をお休みでお預けになる場合は、連絡のつく電話番号を登園時に担任へお伝え下さい。
- ☆ 園内の感染症の状況は1階廊下の掲示板をご覧ください。
- ☆ 登園後に発熱（37.5℃以上）が見られた場合は早めのお迎えをお願いするとともに、解熱後24時間はご自宅で様子を見て下さい。
- ☆ その他、随時掲示板にてお知らせいたしますのでご協力をお願いいたします。

