



4月のほけんだより



アソカ保育園
看護師 瀬之口 育代

新しいお友だちが増え、新年度が始まりました。子どもたちが健やかに元気いっぱい園生活を過ごすことができますよう保健に携わってまいります。年度当初は環境の変化から子どもたち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。



年間保健行事予定



- <毎月> 身体測定
- <5月> 内科検診
- <6月> 歯科検診・尿検査
- <11月> 内科検診



登園前の体調チェック

園では毎朝、登園してきたお子さまの健康観察を行っています。ご家庭でも、登園前は次のようなポイントでチェックを行っててください。



- 熱はありませんか?
- 顔色はよいですか?
- 鼻水や咳は出ていませんか?
- 湿疹、発疹はないですか?
- 食欲はありますか?
- うんちは出ましたか?
- 機嫌はよいですか?
- 「痛い」「疲れた」などの訴えはありませんか?

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。

- 医師の処方以外の薬はお預かりできません。
- 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。
- 登園時に必ず担任に手渡ししてください。
(手渡してない場合で確認がとれない時は、与薬はいたしません)



4月の休日急患診療機関

3日	久保原田中医院 22-7700	鎌木循環器内科医院 26-0008	戸嶋病院 22-1437	ときり内科胃腸科医院 52-1135	谷かわら整形外科クリニック 36-5333	野田医院 24-8553
10日	山内小児科医院 22-0048	富田医院 23-4586	瀬ノ口内科放射線科医院 25-7780	吉見クリニック 58-5633	きたむら皮膚科クリニック 38-7300	丸田病院 23-7060
17日	飯塚医院 36-0521	野辺医院 22-0153	ホームクリニックみきた 52-1348	たかお浜田医院 22-8818	飯田整形外科クリニック 46-5115	やの耳鼻咽喉科 27-5222
24日	政所医院 58-2171	ゆうクリニック 46-6100	都城明生病院 38-1120	MKクリニック 51-6777	橋病院 23-7236	もりどの耳鼻咽喉科 36-6036
29日	早水公園クリニック 36-6117	柏村内科 22-2616	田中隆内科 52-0301	藤城フェレスト・クリニック脳神経外科 80-4313	花房泌尿器科医院 25-1177	たき心療内科クリニック 46-9191