



ほけんだより

令和6年 4月
あおぼこども園

春の訪れとともに、新年度がスタートしました。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出来ますよう、職員一同、丁寧に関わっていきます。

ほけんだよりでは、健診のお知らせやお子さまの健康に関することなどをお伝えします。ぜひ、参考にしてみてくださいね。



登園前の体調チェックをお願いします

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みてください。

- 熱はありませんか？
- 顔色や機嫌は良いですか？
- 鼻水や咳は出ていませんか？
- 湿疹や発疹は出ていませんか？
- 食欲はありますか？
- 「痛い」「疲れた」などの訴えはありませんか？

※子どもたちの体調など気になることがありましたら、登園時にお知らせ下さい。

※38度以上の発熱や嘔吐などの体調不良の場合、保護者の方に連絡し、お迎えをお願いしますので、すぐに来ていただくようにご協力をお願いします。

緊急連絡先の順番に連絡をさせていただきますので、家族で確認をしておいて下さい。



生活リズムを整えましょう

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、健康な身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づけましょう。

☆ご飯をしっかりと食べよう

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。朝ご飯はよく噛んで、しっかりと食べるようにしましょう。



爪はきれいかな？

子どもたちは様々な物に触れるため、爪の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けてしまいます。

また、爪が長いとどこかに引っかけてしまったり、自分やお友だちを傷つけてしまうことにもなりかねません。お家で定期的に短く切っていただくようお願いいたします。



<園での服装について>

こども園では、体を動かして遊んだり、様々な運動遊具を楽しみます。子どもたちが安全に遊べるよう、動きやすく、体温調整のしやすい服装で登園して下さい。

○汚れを気にせず遊ぶことができ、長い紐や飾りのついていない洋服が好ましいです。スカートは活発に遊ぶ中で、思わぬケガにつながる場合がありますので、ズボンを履いてきて下さい。

○チュニックのような丈の長い服は、トイレの際に濡れてしまったり、遊具などに引っかかる場合がありますので、控えて下さい。

○子どもたちが成長するにつれて、自分で着替えようという気持ちが出てきます。自分で着脱しやすい服装にさせていただくことで、子どもたちのやる気もアップします。

また、靴は足のサイズにあったもので、自分で脱ぎ履きがしやすいものにして下さい。

※園で着替えることも多いため、全ての衣服、靴にはっきり分かりやすく名前を記入していただくようお願いします。



お知らせとお願い

・薬は朝・晩での服用をお願いします。

病院で処方を受ける場合に1日2回の処方にしてもらうか、1日3回の薬であれば、朝・帰宅後・夜の3回にするなど工夫をお願いします。

・体調不良でお休みする場合は、キッズビューで病欠と入力して下さい。

発熱の場合、**ご家庭より**に体温を記入して下さい。

家庭保育は、**元気休みの時**に選択して下さい。

・各クラス毎月、身体測定を行います。日程は、げんきっこめーるにてお知らせします。測定結果は、キッズビューアプリ内の**身体検査**から確認をお願いします。

・内科健診があります。

5月9日(木) 3歳児未満 5月23日(木) 3歳児以上

の日程で行います。なるべく、お休みされないようお願いいたします。

健診の結果は、キッズビューアプリにてお知らせします。

