



4月 ほけんだより

上庄ひいらぎこども園 2025年4月

新入園、進級おめでとうございます。子どもたちが新しい環境に慣れ、笑顔で元気に過ごせるよう、ご家庭ではゆったりと過ごす時間を大事にしてください。私たちも、注意深く見守っていきたいと思います。ご心配な事も良い事も、何かあれば園にも是非お話し下さい。



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

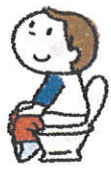
眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までには起きるように促してみましょう。

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。ごはんの後はおうんちタイムをとり、トイレに座りましょう。



おねがい



● 病院受診時のお願い ●

小児科など病院を受診する時は、子どもの様子をできるだけしっかり正確に医師に詳しく伝える必要があります。その為にも、保育園での状況や症状等も必要になると思います。都度なるべくお伝えするようにはしていますが、気になる事がありましたらぜひ園にもお尋ね下さい。(どのような嘔吐だったのか、熱の経過、便の性状、等)

その際、出来れば保育園に通っていることを医師にお伝えいただき、可能ならばお薬を朝夕に分けてもらえると助かります。その場合も、どんな薬を飲んでいのかを保育園に伝えていただければ、登園時はそれを踏まえて様子を見ていけるので、ご連絡下さるようよろしくお願い致しますテープなどを張っている時もお知らせください。

※もし、保育園でのお薬対応が必要な場合は「依頼書」の提出もお願いします。



☆ワセリン使用について☆

便利な塗り薬で園でも「ベビーワセリン」を常備しており、必要時に使用することがあります。危険性はほとんどないと言われてはいますが、100%かぶれない薬は存在しません。合わない人はいます。なので、園で使用することがあるという事をご理解していただき、使用した場合は報告させていただきますので、もし何度も異常が現れる時や気になる事があれば園にも教えてください。また、医療機関から使用不可と言われた事があるお子さま、新たに言われた時等は早目に園にも教えて下さい。よろしくお願いたします。

※尚、医療機関より処方された塗り薬がある場合はこれまで通りそちらを優先いたします。

