



保健だより

2019年4月

社会福祉法人 清和会
認定こども園みなみ保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。

園庭は柔らかな日差しと心地良い風に包まれています。初めての園生活や、クラスも1つ進級する等、新しい環境での生活が始まり、環境の変化から疲れやすくなります。睡眠と休養を十分にとり、毎日元気に登園しましょう。

生活習慣を身につけましょう

1、早寝・早起きの習慣

日中元気に活動した身体の疲労の回復と、脳の働きを活発にするためにも早寝・早起きは大切です。

2、朝ごはんを食べる習慣

主菜＋副菜をしっかりと食べましょう。

1日の活動の源と共に、集中力や記憶力にも影響します。

3、朝食後の排便の習慣

朝食を食べると、腸も刺激を受け、排便しやすい状態になります。

そこで、10分早く起きて朝食後ゆっくりトイレに座る習慣を身につけましょう。

つめを切って清潔に

爪が伸びていると、爪と指の間にはばい菌が繁殖しやすくなります。また、乳児のやわらかい肌を傷つける危険性もありますので、こまめに切りましょう！園では週1回、爪の検査を行っています。



おねがい

○薬は、医師から処方された**1回分のみ**お願いします。

○薬連絡票に記入し、薬の説明書と一緒に職員に**手渡し**して下さい。

○発熱時（38、0℃以上）や症状によっては、お迎えをお願いする場合があります。

○集団生活の為、感染症が流行しやすくなります。症状が治まり、登園する際には**登園許可願**いに記入し提出して下さい。

<保健行事>

4月26日（金）内科健診

5月14日（火）歯科健診

5月16日（木）尿検査（3、4、5歳児）

※身体測定は月に1回行っています。

※内科検診・歯科検診等欠席せずに受けましょう

<予防接種>

園は沢山の子ども達が集団生活を送る所です。予防接種は、計画を立てて必ず受けましょう。

<茨城子ども救急電話相談>

○プッシュ回線なしの固定電話から、局番なしで掛かります。

#8000

○プッシュ回線でない固定電話、携帯電話、固執電話からは…

029-254-9900

○相談可能日は、月曜日～金曜日の午後18：30～22：30まで（土・日・祝日および年末年始は除きます。）

緊急・重症の場合は迷わず「119」へ！

○休日・夜間に診てくれる医療機関を知りたいときには…

茨城県救急医療情報コントロールセンター **029-241-4199**

★保育園の感染症対策として

「学校欠席者情報収集システム（感染症情報システム）」「保育園サーベイランス」を取り入れ、地域の状況を把握することで、感染症予防に努めています。感染拡大防止の為、ご家族の方が感染症に罹った場合には、必ず職員まで連絡をお願いします。