



# 保健だより

2022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。



園庭の桜も咲き、新しい環境での生活がスタートしました。1つ大きくなった喜びと期待の反面、緊張や不安もあり、体調を崩しやすい時期です。睡眠と休養を十分にとるようにしましょう。



## 新型コロナウイルス感染症



日頃より感染予防対策にご協力いただき、ありがとうございます。新型コロナウイルスが長期化する中、いまだ安心できる状況ではなく子どもたちの安全の為、園では引き続き検温・手洗い・消毒・換気・2歳児以上のマスク着用などに取り組んでいきたいと思っております。

- ◆登園前に37.5℃以上の熱がある場合は差し控えていただきます。また、日中37.5℃以上の発熱時や体調不良が見られた場合には、お迎えをお願いします。
- ◆感染拡大防止の為、県外及び感染拡大地域に出かけた際には、職員へお知らせ下さい。

～お願い～

- ・薬は、医師から処方された**1回分のみ**お預かりします。薬連絡票を記入し、説明書と一緒に職員に**手渡し**して下さい。
- ・集団生活の為、感染症が流行しやすくなります。感染症が治まり、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)「保育園サーベランス」を取り入れ、地域の状況を把握することで感染予防に努めています。**ご家族が感染症に罹った場合にも、必ず連絡をして下さい。**

## 【茨城子ども救急電話相談】

相談日時

- ・平日(月曜日から土曜日)  
18:30～翌朝8:00
- ・休日(日曜日、祝日、年末年始)  
8:00～翌朝8:00

小児救急でんわ相談



急な発熱・嘔をぶつけた・嘔吐、けいれんなど 判断に困ったら

#8000

※携帯電話から「#8000」が繋がります。また一般電話回線・携帯電話回線から「03-6667-3377」でも繋がります。

※救急、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は…

茨城県救急医療情報コントロールセンター「029-241-4199」

## 生活リズムを整えましょう



### ・早寝早起きを心がけましょう

日中、元気に活動した体の疲労回復と、大脳の働きを活発にする為にも早寝早起きは大切です。

### ・朝ごはんをきちんと食べよう

朝食を食べることで体が目覚め、その日の体のリズムが始まります。よく噛んで食べることを心がけましょう。

### ・朝、家で排便をしましょう

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、朝食後、トイレに座る習慣を身につけましょう。

## 保健行事



4月19日(火) 歯科検診

22日(金) 内科健診

6月6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。

※歯科検診、内科健診など、欠席せずに受けましょう。