

# 保健だより

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

春の訪れとともに、新しい生活が始まりました。暖かい日が増えて過ごしやすくなりますが、環境の変化で疲れやすくなります。睡眠と休養を十分にとって、毎日元気に登園しましょう。

## 朝ごはんはなぜ大事？



「朝ごはんが大切」と言われますが、なぜだか知っていますか？脳や体によいことがいっぱいあるのです。

### ★脳が元気になる！

睡眠中も働いてエネルギーが少なくなった脳に、エネルギーを与え元気にします。

### ★肥満防止になる！

朝きちんと食べると、昼ご飯の食べすぎがなくなり、太りにくくなります。

### ★うんちが出やすくなる！

腸が刺激されて活発に動き出し、排便を促します。

### ★活力が出る！

体温が上がり血液が体中によく巡って、活動的になります。

## 保健行事

4月 8日(月) 歯科検診

4月 26日(金) 内科健診

5月 14日(火) 尿検査(ちゅうりっぷ～ゆりぐみ)

※身体測定は月に1回行っています。

※4, 5歳児(すみれ・ゆりぐみ)は毎日、給食後にフッ化物洗口を行っています。

※歯科検診・内科健診は欠席せずに受けましょう。



## 《茨城子ども救急電話相談》

小児救急でんわ相談



平日：月曜～土曜日(8:30～翌朝8:00)

休日：日・祝日、年末年始(8:00～翌朝8:00)

※携帯電話からも「#8000」でかかります。

※一般ダイヤル回線、携帯電話回線からは「03-6667-3377」

**※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」へ

## 保育園の感染症対策として・・・

学校欠席者情報システム(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予防に務めています。感染防止の為、ご家族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。

## ＊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ください。薬の袋・容器に記名をお願いします。
- ・集団生活の為、感染症が流行しやすくなります。感染症が始まり、登園する際には「登園許可願い」を記入し、提出して下さい。
- ・登園前37.8℃以上の発熱がある場合は受け入れができません。また日中37.8℃以上の発熱や熱がなくても嘔吐下痢等の体調不良が見られた場合には、早急なお迎えをお願いします。
- ・園は子ども達が共に過ごす集団生活の場です。予防接種は計画を立てて、必ず受けましょう。