



4月のほけんだより

2022年4月発行
みのり第2保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、新しい一歩を踏み出す新入園児の子どもさんや、ひとつお兄さん、お姉さんになる進級される子どもさん。それぞれの園児のみなさんが健やかに過ごせるようサポートさせて頂きたいと思っておりますので、お気軽にご相談ください。よろしく申し上げます。

<生活リズムを整えましょう>

新年度、環境の変化などにより体調を崩しやすい時期です。元気に過ごすためにも、規則正しい生活リズムを心がけましょう。

(早寝早起きを心がけましょう)

夜は9時ごろまでには寝るようにし、朝は7時に起きるようにがんばりましょう。十分な睡眠は「日中の疲れをとる」「体の成長を促す」「病気を治す力が増す」ことにつながります。



朝ごはんをきちんと食べましょう

朝食を食べることで、体がしっかり目覚めリズムが整い、健やかに1日を過ごすことができます。朝食をきちんと食べてから登園しましょう。



(朝、家で排便をしましょう)

朝ごはんを食べると、腸の働きが活発になり、便が出やすくなります。朝はどうしてもあわただしくなりがちですが、十分なトイレタイムをとれるよう、家族全員で朝の生活を見直しましょう。



つめを切って 清潔に

つめが伸びていると、つめと指の間にばい菌が繁殖しやすくなります。また子供さん自身だけでなく、お友達の肌を傷つけてしまう危険性もありますので、つめはこまめに切るようにしましょう。ただし、深づめにならないよう切りすぎに注意しましょう。



<コロナウイルスについて>

登園、降園時はマスク着用をお願いします。
また消毒アルコールで、手指消毒をしっかり行って入室してください。

普段から手洗いやマスク着用など予防を心がけ、感染しないように気をつけましょう。ご家庭でも正しいマスクの着用方法や手洗いの方法についてお子様と確認してみましょう。

園で預かる薬について

基本的に園での与薬は行っていません。病院にかかる場合には、園に通っていることを伝えたくて、処方回数や1日2回に変更できないかなど、担当医師に相談してみてください。

園での塗り薬の塗布に関しては、看護師または保育士にご相談ください。

また園では必要時、下記の薬品を使用する場合があります。新入園児の方には用紙を配布致します。在園児の方も含めて「ご家庭で初めて使ってみた」という時は使用時の様子を教えてください。(大丈夫だった・合わなかったなど)

- ① マキロン ② ドルマイシン軟膏
- ③ ムヒ・ベビー軟膏

その他、薬に関してご不明な点がございましたら、看護師・保育士にお問い合わせください。

