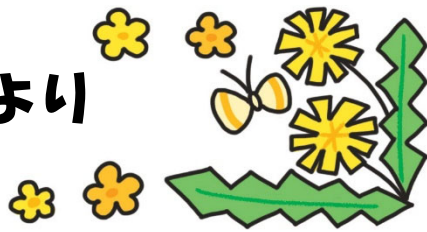




春号ほけんだより



令和6年5月
桜馬場保育園

新緑の美しい5月。元気に遊ぶ子どもたちの姿にさわやかな風が吹き抜けます。
ゴールデンウィークを楽しく過ごした後、心身ともにちょっと不安定になることも。
ご家庭と連携をとりながら、お子さんの様子に気を配っていきたいと思います。

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、処方回数や量を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。

なお、医師の指示でどうしても予約が必要となる場合に限り与薬します

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。

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。

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。

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。ごはんの後はおんちタイムをとり、トイレに座りましょ。

発熱後の登園について

熱が出ると体力が奪われて、体は一時的に弱った状態に。熱が下がってもすぐに登園せず、1日は家庭で様子を見ながら、安静に過ごさせてあげたいですね。

また、薬を飲んでいるときは、忘れずにお知らせください。薬の種類によっては、眠気を催すものもあるので、園でも注意してまいります。よろしくお願いたします。



注目!

★お知らせ・お願い★

16日(木) 歯科健診

なるべくお休みされないようお願いいたします

23日(木) 尿検査(竹・松・桃)

*朝、起きて一番の尿を採取して下さい

