保健だより

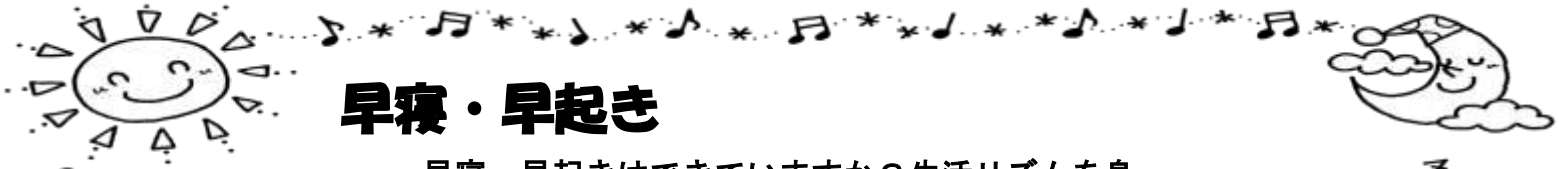
社会福祉法人
ゆめの森保育園

平成29年４月１１日

新しいお友だちや、先生方を迎え新年度がスタートしました。環境の変化で体調を崩しやすい時期ですが、毎日元気よく園での生活を送るためには、生活リズムをみにつけることが大切です。

子どもたちが、健やかに育つよう保育園と、ご家庭で協力していきましょう。

✿生活リズムを身につけよう。✿



早寝・早起き

早寝・早起きはできていますか？生活リズムを身につけるためには、まず早起きから始めて、日中にしっかり体を動かすようにしましょう。そうすることで早起きがしやすくなります。

元気の源！朝ごはん！

朝ごはんをきちんと食べると脳や、体のエネルギーが補給され、一日の活動をスタートさせるための準備が整います。

朝うんち！

寝る、食べる、出す（排便する）ことは人間が生きていくうえで基本的なことです。朝ごはんの後に、朝うんちの習慣をつけるためにも時間に余裕を持ちましょう

お子さまが集団生活の中で、楽しく生活ができるように登園前には健康チェックをお願いします。

★投薬依頼について

園での投薬依頼は、安全面を考慮してできるだけ行わないようにしたいと考えています。主治医と相談し、なるべく家庭で朝・夕服用できるよう検討お願いします。

・どうしても園での内服が必要な場合は・・・・・・投薬依頼書を記入し、必ず薬と一緒に職員に手渡ししてください。
シロップは一回量だけを容器に入れ、必ず容器にも名前を書いて下さい。
（※園では市販のお薬は預かっていません。）

新学期によくみられる感染症。　～手足口病～

●潜伏期間　3～6日

●症状　水泡性の発疹がお口の中や足（足裏）や、手（手のひら）なに現れます。また、お熱がでたり口内炎がひどくなり、お食事がとれないことがあります。うつった場合は、3日間お家療養をお願いしています。ご協力お願いします。

よろしくお願いします。

４月からゆめの森保育園にきました、看護師の小嶺えみりです。子どもたちの健康と安全を見守っていきたいと思っています。よろしくお願いいたします。