



ほけんだより4月

社会福祉法人 誠和会 ひまわり保育園 H31.4月号

看護師 上東

年間保健行事予定

- 毎月 身体測定
- 4月 内科検診
- 5月 虫歯予防集会、歯科検診
- 6月 尿検査
- 10月 栄養教室、内科検診
尿検査
- 11月 歯科検診

都合により日程が、変更になることがあります。

囑託医さんの紹介

内科 深澤クリニック
院長 深澤 孝夫先生
電話 028-676-0671

歯科 奈良歯科医院
院長 奈良 泰明先生
電話 028-676-0200



















ご入園、ご進級おめでとうございます。
 厳しい寒さの冬が終わり、暖かい風が心地の良い春がやってきました。
 新入園児はもちろんのこと、進級した子どもたちにとっても、
 新しい環境のスタートに期待と緊張の連続ではないでしょうか。
 ご家庭では、リラックスできるように心がけてあげましょう。
 保育園では、感染予防等の環境づくりに努め、お子様が、
 楽しく元気に登園できるようにサポートしてまいりますので、
 よろしくお願いいたします。

保育園での投薬について

本来保育園では、お薬をお預かりすることはできません。
 投薬は医療行為に、なってしまうからです。
 受診時に保育園に通っていることを伝え、1日2回の
 処方にしていただくように、よろしくお願いいたします。
 やむを得ず、お薬を持参する場合は、

- ・医師の処方した薬であること
- ・お薬連絡票と薬剤情報提供書と共に持参すること
- ・1回分の薬を持参すること
(シロップの場合は1回分を別容器に入れて)
- ・薬包に記名すること

上記のことに注意して下さい。



4月12日(金)に内科検診を行います

- ・当日は着脱のしやすい服装で登園して下さい。
- ・事前に相談がある場合は担任までお知らせ下さい。
- ・内科検診後、検診結果を個別にお返しします。
 検診結果にて受診勧奨された場合、
 かかりつけ医をなるべく早く受診するよう
 お願いいたします。また、受診後は
 担任にお知らせ下さい。



生活リズムを身につけよう

早寝・早起きを心掛けましょう

睡眠は脳や身体の成長のための大切な時間です。
 新年度、緊張によって体調を崩しやすくなっ
 ています。まずは、早寝早起きから良いリズムを
 作っていきましょう。

朝ごはんを食べましょう

朝ごはんを食べると身体が目覚め、
 1日元気に過ごすための重要な
 エネルギー補給です。よく噛んで、
 しっかり食べるようにしましょう。

うんちは出たかな、健康のバロメーター

朝ごはんを食べると腸が活発になり、排便しやすくなります。
 また、うんちが硬すぎると便秘傾向やゆるいと体調が芳しくない等、
 体調の重要な指標となります。朝のうんちをチェックしましょう。



