



4月のほけんだより

令和8年4月1日発行
インターナショナル
アンジェリカ桜台保育園
看護師 畑中裕子

ご入園、ご進級おめでとうございます。新年度に向け準備を進めていた子どもたち。今まで使ったクラスにお礼を言いながらお掃除したり、進級に向けて新しいリュックを持ってきたり…ひとつ大きくなる！新しいお友だちに会える！というワクワクとドキドキの気持ちで過ごしていましたね。新年度を迎え喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とてもうれしく思います。今年も保健に関する情報を「ほけんだより」を通してお知らせしていきます。どうぞよろしくお願いいたします。

新生活を乗り切るために

入園・進級による環境の変化は、子どもたちにとっても緊張の日々でもあるようです。例年4月の終わりから5月の初めに疲れが出やすくなります。

まずは、早寝早起き・朝ごはん・排便を意識しましょう。

①早寝・早起き

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。

②朝ごはん

お腹がすいていると遊べません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。

③朝食後の排便

朝ごはんをしっかり食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。朝はバタバタしがちです。トイレに座る時間をつくりましょう。

保健からのお願い

①ご家庭で病気になりお休みされるときは、9時頃までに欠席の連絡とともに子どもたちの様子もお知らせください。また、感染症の診断を受けた場合にも、感染拡大防止のため診断内容をお知らせください。

感染症の報告があった場合には、掲示や配信にてお知らせします。同じ症状が見られた時には、早めの受診をお願い致します。



②登園の際、体調の変化(咳や湿疹など)やご家庭での怪我(打撲やすり傷など)についてお知らせください。保育園は集団生活の場です。戸外遊びの中止など個別対応が困難な場合もあります。毎朝、健康状態の確認をお願い致します。

保健行事の予定

《内科健診》

- ※ 0歳クラス：月1回の健診があります。
4月10日13:30頃～
- ※ 1歳クラス以上：年2回の発育診断があります。
- ※ 全クラス：6月11日9:30～(次回11月頃を予定)

《歯科検診》

※全園児対象：年2回の歯科検診があります
全クラス：6月3日9:30～(次回11月頃を予定)

《身体測定》

※全園児対象：毎月10日前後に行います。
(お休みの場合は別日に測定します。)
身体測定を実施したことは、お迎え時に口頭でお伝えいたします。
測定の結果は『コドモン』にてご確認ください。



お薬について

原則として園での与薬は行っておりません。病院にかかる場合には、保育園に通っていることを伝えたくて処方回数(1日2回(昼なし))に変更ができないか等、担当医に相談してみてください。持病による薬など必要が生じた場合にはお声がけください。

爪について

爪(つめ)が伸びていると、友達をひっかいてしまったり、折れたりなどと、けがの原因となります。また爪は、汚れが溜まり不潔になりやすいところにもかかわらず、指しゃぶりや爪をかむくせがある子どもも多く、汚れたままにしておくとばい菌を直接取り込んでしまいます。1週間に1回はチェックするようにしましょう。

