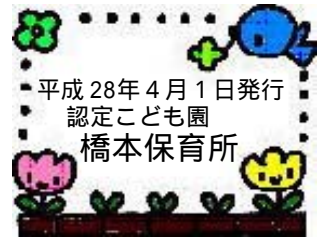




# 4月ほけんだより



平成28年4月1日発行  
認定こども園  
橋本保育所

ご入園、ご進級おめでとうございます。

新年度を迎え、お子様の成長を嬉しく思います。又、この時期は新たな集団生活の始まりや環境の変化から体調を崩しやすくもあります。そこで共に子ども達を見守っていく環境作りの為に保育所と家庭で連携を取り情報を共有して過ごしていきたいと思ひます。忙しい朝ですが、子どもの変化の気づきに繋がればと思ひます、ぜひ、体調チェックをお願いしします。

保健に関する情報は、<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ひします。

**年間保健行事予定**

- <毎月> 発育測定 (身長・体重をはかります)
- <5月> 尿検査
- <6月> 歯科検診
- <6・9月> 検便
- <10・2月> 健康診断

保健行事は、お子さんの発育や健康の  
状態を知り、より元気な毎日を過ごす手がかりと  
するため実施するものです。何か気になることが  
ありましたら、気軽に保健室へいらして下さいね。

## お願い

子ども達が、保育所で楽しい毎日を過ごすためには、まず、健康な身体である事が大切です。十分な睡眠を取り、しっかり朝食を食べてから登所してください。

朝の体温測定と保護者の方の視診は、子ども達の体調のバロメーターです。毎朝必ず検温して、お子さんの平熱を知っておいて下さい。

お薬は「薬の依頼書」にご記入のうえ、必ず1回分ずつで、名前を書いて下さい。

病院にかかる場合には、保育所に通っていることを伝えたいので、処方回数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。

保育所は集団生活をする所です。子ども達が触れ合う事で、感染症にかかることがあります。先にお渡ししてあります「感染症の一覧表」をご覧のうえ、病院で診察を受け、「意見書」を提出して下さい。なお、感染症にかかった場合は、すみやかに保育所にご連絡をお願いしします。

## <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

遅くとも、21時~22時までにお布団に入れるといいですね。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。



### 朝ごはんを食べましょう

朝食を食べることで、体が目覚め、その日の体のリズムが始まります。よくかんで、しっかり食べましょう。



### 朝、家で排便をしてきましょう

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。



### 3月の感染情報 [2/25~3/24]

溶連菌	ば1名	ゆ1名	アデノ	ば1名	おたふく	も3名	ひ1名
インフルエンザ	A型	た3名	ば1名	き1名	ひ1名	ふ1名	
	B型	た1名	も2名	ゆ5名	ば1名	き2名	
		す8名	れ6名	ひ3名	ふ4名		