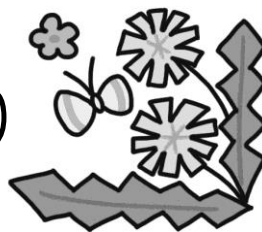




# 4月のほけんだより



ご入園、ご進級おめでとうございます。お子さんが心も体も元気いっばいに園生活を送れるようにご家庭と協力しお手伝いさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。ほけんだよりでは健康に関する情報や園からのお願いをお知らせしていきます。園のホームページにも掲載していますのでぜひご覧ください。

看護師 萩原 あずさ

## 園医のご紹介

**内科** 聖光会病院  
院長 齋藤 光徳 先生

**歯科** ながら歯科医院  
院長 阿多 章二 先生

## 令和7年度 保健行事予定

4月 16日(水) 尿検査	4・5歳児	○この他、毎月身体測定を全園児に行います。日程はほけんだよりでお知らせします。
6月 4日(水) 歯科検診	全園児	
6月 11日(水) 内科健診	全園児	○各種健(検)診・検査の詳細についてはお手紙を配布しますのでご確認ください。
10月 1日(水) 運動器検診	5歳児	
10月 2日(木) 視力検査	4歳児	
10月 15日(水) 内科健診	全園児	

### 身体測定日

0～3歳児 4/22(火)  
4～5歳児 4/23(水)

○当日はパンツ(オムツ)と肌着を着て測定します。髪は頭の上には結ばないようお願いいたします。

○測定結果は連絡帳でお知らせしますのでご確認ください。

## 🌸新年度がスタートします🌸

### お子さんの気持ちや体調の変化に気をつけましょう

初めての集団生活やクラスが替わるなどの環境変化によってお子さんたちは普段よりも興奮したり、不安を感じやすくなっています。気持ちが落ち着かないと思わぬケガや事故を起こしたり、疲れが溜まり体調を崩しやすくなります。新年度を元気にスタートできるよう、以下のことに気をつけましょう。

#### ○朝の健康チェックをお願いします

毎朝体温を測定し、お子さんの様子を目で見て体に触れて、元気かどうか確認しましょう。体調が悪い時は無理に登園させることがないようお願いいたします。



#### ○登園時にお子さんの様子をお知らせください

前日帰宅してから朝までにお子さんの様子が変わったことがないかお知らせください。いつもより元気がない、食欲がない、機嫌が悪いといったこともお子さんの体調を知る上で大切な情報となります。気になることがありましたら些細なことでも構いませんのでお知らせください。

#### ○お子さんの生活リズムを大切に

生活リズムが整わないと、朝から「眠たい」「疲れた」など病気ではないのに元気がない症状が出てきます。朝食をしっかり食べることで日中はよく遊べ、昼食もよく食べられ、よく眠れるという生活リズムができてきます。一日を元気に過ごすために、朝食をしっかり食べて登園しましょう。

## 欠席の連絡は朝8時までをお願いします

体調不良で欠席される場合は以下のことをお知らせください。

- いつから症状が出ているか
- どのような症状が出ているか  
熱、咳、鼻水、腹痛、下痢、嘔吐など
- 病院に受診しているかどうか
  - ・受診した場合：受診日、病院名、診断結果など
  - ・これから受診する場合：受診後に結果をお知らせください

集団感染の早期探知・対応につなげるため、早めの受診や結果の連絡にご協力をお願いします。



1年間どうぞよろしくお願いいたします。