



# ほけんだより

## 4月号

### ご入園、ご進級おめでとうございます

春風が爽やかに園庭を駆け抜け、春の花が気持ちよさそうに揺れています。虫たちも集まってきてお祝いしてくれているようです。

感染症予防のため、ご家庭での予防対策、登園時の手の消毒、検温などご協力をお願いします。



### 朝の健康チェック



新しい生活が始まり、子どもたちは不安や緊張の連続です。心身ともに疲れが出て、体調を崩しやすくなっていますので、毎朝子どもの様子を見てあげてください。

- 熱はありませんか？
- 下痢や便秘はしていませんか？
- 顔色はいいですか？
- 朝の目覚めはどうでしたか？
- 機嫌はいいですか？
- 食欲はありますか？

毎朝チェックしてあげましょう



### 健康面でのお願い



感染防止のため、発熱がなくても、発しん・下痢・目やになどがみられる場合、登園前に受診していただくようお願いいたします。病気で休みするときは、病名や症状を保育園にお知らせ下さい。

保育園で発熱したり、感染症が疑われる場合などは、連絡させていただきます。状態に応じてお迎えをお願いすることがありますので、連絡先が変わる場合は必ずお知らせ下さい。



予防接種は主治医と相談し、計画的に受けるようにしましょう。



### 生活リズム



園生活を楽しく過ごせるように、生活リズムを整えましょう。朝は忙しいですが、余裕を持って登園できるようにしたいものです。「早寝早起き」「朝ごはん」「排便」の3つをがんばってみましょう。

排便は、出なくても毎日行き、習慣づけることが大切です。

