



ほけんだより・4月

平成29年4月1日
四つ木なかよし保育園
看護師

ご入園、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え環境の変化などにより体調を崩しやすい時期でもあります。しっかり朝食を摂取し、朝の子どもたちの状態を観察するようにしましょう。この一年も全員が毎日元気に安心して保育園で過ごせるように、流行している疾患や予防策などやトピックスなどを保健だよりやを保健コーナー（玄関正面）を使ってお知らせしていきたいと思えます。ご要望・ご意見などありましたら是非お声かけ下さいね。

3月の欠席状況

インフルエンザB・発熱・鼻水・咳・
腹痛・嘔吐

園医の紹介

☆小児科・内科☆

お花茶屋こどもクリニック 永友祥子先生

葛飾区宝町2-34-13お花茶屋スカイマンション115

03-5654-9462

☆歯科☆

よつば歯科医院

児玉拓也先生

葛飾区立石4-8-1

03-3696-8868



～こんな時は園から電話させて頂きます～

発熱（目安として37.5℃以上）で、集団保育が出来ない時や、高熱・嘔吐・下痢・流行性感染症の疑いが見られる場合に、すぐに連絡させて頂きますので早急な対応をお願いします。

また、保育中に起きた怪我などで受診を要すると園側で判断した場合も連絡させて頂きます。

保育中に起きた擦り傷・切り傷・かみつきなどに関して、治療が必要と判断した場合はすぐに連絡し、受診させて頂きます。それ以外は、お迎えの際に必ずご報告させて頂きますが、傷ついた時点ですぐに連絡してほしい・顔に怪我した時点で・などありましたら、看護師・担任にお伝えください。お知らせ頂いた保護者の方には個別に対応させて頂きます。



生活リズムを身につけよう

入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ実践してみてください。

①早寝早起きを意識して

眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までに起きるように促してみましよう。

②朝ごはんを食べよう！

朝ごはんを食べないと、ぼーっとして、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。

③うんちは済んだかな？

朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はうんちタイムをとり、トイレに座りましよう。



SIDS(乳幼児突然死症候群)は、それまで元気だった子どもが寝ている間に突然命を落とす病気です。保育園では、乳児5～10分おきに個別にチェックしていますが、家庭でも起こりうる病気です。くわしくは別紙ご参照ください。

26日(水)春の内科健診10時30分～(全園児対象)

☆0才児健診も同時に行ないます ☆健診はお休みしないようにお願いします