

令和5年4月19日 大津市立天神山保育園

春爛漫の中、お子さんのご入園・ご進級おめでとうございます。子どもたちが健康に保育園生活を送れるよう、保健 だよりを通して情報をお伝えしていきます。今年度より天神山保育園の保健担当を務めさせていただきます、鈴木で す。どうぞよろしくお願いいたします。

# 身体計測があります。

すみれ 6日(木)

7日(金) さくら

10日(月) たんぽぽ

11日(火) つくし

12日(水) もも

- \*当日お休みの場合は後日測定します。
- \*4月は頭位・胸囲も測定します。
- \*髪の毛は頭の横で結っていただくようお願いし



## 内科健康診断のお知らせ

4月25日(火) 午後

日頃気づきにくい病気を発見したり、成長を知ったり することは、子どもの健康を守るためにとても大切です。 園医の先生に聞いておきたいことなどがあればお知らせ ください。

### 園医さんの紹介

【内科】 【歯科】

岡本小児科 山本第一歯科

岡本芳郎医師 |||本哲典医師

一年間お世話になります。

### ◆年間保健行事予定

毎月: 身体計測

(身長と体重を測定します。4月・10月は

頭囲と胸囲も測定します)

4月:前期内科健康診断

5月:尿検査(腎臓などに病気がないか調べます)

視力・聴力検査(すみれ組)

6月:歯科健康診断

(歯科医に歯の健康状態を診ていただきます)

10月:後期内科健康診断

11月:視力・聴力検査(さくら組) 1月:歯科健康診断 (未受診児)

\*検査や健診の結果はその都度お知らせします。 場合により受診をお勧めします。受診されま

したら、園に結果をお知らせください。



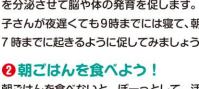


入園、進級などで新しい環境に入る春は、 生活リズムを見直すチャンスです。よい生 活リズムを身につけることが、健康に過ご せる基本。ぜひ実践してみてください。



## ●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ょう。







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、トイレに座りましょう。



# 毎朝の健康観察をお願いします

- ◇いつもと同じように目覚めましたか? ◇食欲はありますか?〈朝食は午前中のエネルギー 源です〉
- ◇顔色はいいですか?いつもどおりですか?
- ◇機嫌は悪くないですか?
- ◇元気はありますか?
- ◇便は出ていますか? 下痢ではありませんか?

(毎朝トイレに座る習慣をつけましょう。)

◇熱はありませんか?

朝は忙しくて大変だとは思いますが、準備をしな がらお子さんの元気チェックをお願いします。朝の 様子を健康観察表に書いていただき、登園時に職員 にお見せください。

# ◆子どもたちの様子◆

昨年度末から引き続いて、インフルエンザ A での 欠席が何名かおられます。急な高熱等十分お気をつ けください。

園庭で遊ぶ機会も増え、転んですりむく怪我も増 えてきました。保育園では流水でよく洗い、必要に応 じて傷テープを貼るなどの処置を行います。おうち でもその後の様子を見ていただければと思います。