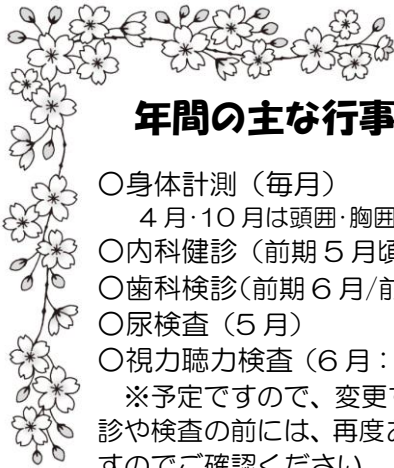




令和5年4月13日
大津市立晴嵐保育園

新しい生活に緊張しながらも期待を膨らませている子どもたち。この生活や環境に慣れるまでは体調を崩しやすいので、ゆっくりと休息をとる時間も大切にしながら、元気に過ごしましょう。



年間の主な行事

- 身体計測（毎月）
4月・10月は頭囲・胸囲も測ります
- 内科健診（前期5月頃/後期10月）
- 歯科検診（前期6月/前期未受診児：後期2月）
- 尿検査（5月）
- 視力聴力検査（6月：5歳児/11月：4歳児）
※予定ですので、変更することがあります。健診や検査の前には、再度おたよりでお知らせしますのでご確認ください。

今月の保健行事

身体計測

- 12日(水)すずらん 18日(火)あやめ
- 13日(木)ひまわり 20日(木)すみれ
- 14日(金)たんぽぽ れんげ



○はんこ帳の後ろのほうのページに計測値を記録しますので、是非見てみてください。

朝の健康観察をお願いします

- 機嫌が悪い
- 顔色が良くない
- 食欲がない
- 咳・鼻水がある
- 微熱がある
- 下痢気味、便秘気味
- 発疹がある



子どもの体調は急に変化することがあります。いつもと違う様子や、気になる様子がありましたら、登園時にお知らせください。

園医の先生を紹介します



内科：森田 高史 先生
(におのはまキッズクリニック)

歯科：古藤 俊介 先生
(大津テラス古藤歯科クリニック)



生活リズムを整えよう！

早寝早起きをしよう

睡眠は、脳や体の発育を促す大切な時間です。夜は9時には寝て、朝も決まった時間に起きましょう。



朝ご飯をしっかり食べよう
体を目覚めさせるスイッチで、一日のエネルギー源にもなります。栄養のあるものを食べましょう。

うんちは出たかな？

朝ご飯を食べると腸の働きが活発になり、排便しやすくなります。朝ご飯の後はトイレに座る時間をつくりましょう。



健康観察カード

お子様の体調を把握するために、健康観察カードを記入していただいています。ご協力をお願いいたします。

今年度の保健担当は中重です。

怪我をしたときや体調が優れない時には保健室で対応します。子どもたちが元気に過ごせるようにサポートしていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

