

ほけんだより 4月号

令和7年4月1日 虹の丘キッズアカデミー

ご入園、ご進級おめでとうございます。満開の桜に迎えられ、新しい園生活が始まりました。子どもたちが健やかに元気いっぱい過ごせますよう、「ほけんだより」を毎月発行いたします。どうぞ宜しくお願いいたします。



生活リズムを整えよう！

入園、進級で環境が変わった4月は生活リズムを改善するよい機会です。正しい生活リズムを身に付け、健康な体をつくりましょう。

早寝早起きをしよう

睡眠は、脳や体の発育も促す大切な時間です。夜は9時頃までに眠り、朝は7時頃までに起きられるように習慣付けましょう。



ご飯はしっかり食べよう

朝ご飯を食べると体が目覚め、その日1日を元気に過ごせます。朝ご飯はよくかんで、しっかり食べるように促しましょう。

うんちは出たかな？

朝ご飯を食べると腸の動きが活発になり、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。



健康診断等のお知らせ

4月 1日(火) 発育測定
3日(木) 健康診断
16日(水) 歯科健康診断

注意事項

- * 健康診断当日は、半袖やキャミソール等の下着を着用して来て下さい。
- * 衣服や下着には必ず名前を明記してください。
- * 正しい身長が測れなくなるので、頭の真上で髪の毛を結ばないでください。
- * 当日はお休みの無いよう、ご協力ください。



登園前の体調チェック

園では毎朝、登園してきたお子さまの健康観察を行っています。ご家庭でも、登園前は次のようなポイントでチェックを行ってください。



- ☐ 熱はありませんか？
- ☐ 顔色はよいですか？
- ☐ 鼻水や咳は出ていませんか？
- ☐ 湿疹、発疹はないですか？
- ☐ 食欲はありますか？
- ☐ うんちは出ましたか？
- ☐ 機嫌はよいですか？
- ☐ 「痛い」「疲れた」などの訴えはありませんか？

体調管理をお願いします。

お子さまたちの体調を把握するために保護者の皆様には、毎日、検温・機嫌・排便・睡眠・食事・着替え・子どもの様子をコドモンにて送信していただいております。ご協力を宜しくお願いいたします。

園で預かる薬について

基本的に園で薬の与薬は行っておりません。やむを得ず薬を持参される場合は、担任にご相談の上、下記の要項を必ず守ってください。

- 医師の処方以外の薬はお預かりできません。
- お薬票と一緒に1回分のみ持参して下さい。
- 名前を明記してください。
- 登園時に必ず担任に手渡ししてください。
(手渡しでない場合で確認がとれない時は、与薬はいたしません)

