



ほけんだより 4月号

令和 6 年 4 月 1 日
きたひだまり保育園
園長 大石 雅一
看護師 高倉 文

ご入園、ご進級おめでとうございます。
新しいお友達も増え、新年度が始まりました。
子どもたちが健やかに元気いっぱい園生活を過ごせるよう「ほけんだより」を毎月発行しお知らせしていきます。
どうぞよろしくお願ひいたします。

♪4月の予定♪

16日(火) 0.1.2歳児身体測定
17日(水) 3.4.5歳児身体測定
25日(木) 尿検査(3.4.5歳児)
26日(金) 全園児内科健診



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。

早起き早寝をしよう

睡眠は、脳や体の発育も促す大切な時間です。まずは、早起きから始めてみましょう。



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。

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。



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みてください。



- 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？

園医の紹介 一年間、お子さまの健康管理に関し、ご指導ご協力いただく先生です。

【内科】浅倉先生（くにたち南口診療所）

0歳児健診：毎月

1～5歳児内科健診：年2回（4・10月）



【歯科】森田先生（森田歯科医院）

全園児歯科健診：5月

☆11月には歯の大切さについてお話しをさせていただきます。



☆お子さまの体のこと、心配なこと、質問などありましたら、いつでもお声がけください。