



ほけんだより 4月号

令和7年4月1日
国立ひまわり保育園

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♪

- 17日(木) 全園児内科健診
 - 21日(月) 0.1歳児身体測定
 - 22日(火) 2歳児身体測定
 - 23日(水) 3.4.5歳児身体測定
 - 24日(木) 3.4.5歳児尿検査提出日
- ※尿検査詳細は後日お手紙を配布します

生活リズムを整えよう!

風邪をひきにくい健康な体を作るには、
毎日の生活リズムを整えることが大切です。

☆早起き早寝をしよう

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

☆朝ご飯をたべよう

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?

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。

朝の健康観察を!!

登園前の体調チェックは以下のような
ポイントがあります。

- 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、子ども達の健康管理に関し、ご指導ご協力いただく先生です。

【内科】西田先生(西田医院)

0歳児健診: 毎月

1~5歳児内科健診: 年2回(4・10月)



【歯科】池田先生(池田歯科医院)

全園児歯科健診: 6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。



☆予防接種を受けた際は、[キッズレポ]へ入力をお願いいたします。

☆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。