



ほけんだより 4月号

令和7年4月1日
国立保育園
園長 中澤 ゆう子
看護師 杉山

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
よろしく願いいたします。

♪4月の予定♪

- 21日(月) 身体測定(1.2歳)
- 22日(火) 内科健診(全園児)
- 23日(水) 身体測定(3.4.5歳)
- 24日(木) 尿検査(3.4.5歳)
- 25日(金) 尿検査予備日

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】星合先生(くにたち南口診療所)
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:5月22日(木)
☆11月6日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。