

ほけんだより



春号

平成 24 年 4 月 野方さくら保育園 (保健室)

春のひざしが暖かく感じられることとなりました。ご入園・ご進級、おめでとうございます。

今年も 21 名の新入園のお子さんをお迎えすることができ、本当に嬉しく思っています。はじめてお子さんが入園された方は、喜ばしい半面、不安もおありの事と思います。お子さんが健康で楽しい保育園生活が過ごせるように、ご家庭と協力していきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

*小児科と歯科の嘱託医の先生をご紹介します。

内科	天正堂クリニック (村杉医師)	中野区丸山 1-5-7	TEL 3319-3965
歯科	奥田歯科 (奥田歯科医師)	中野区丸山 2-24-1	TEL 3339-9288

生活リズムを整えましょう

朝・こねリズムで登園できるように!

起床



できるだけ、子ども自身の力で起きられるように。

朝、早起きして正しい生活リズムが作れたら、それだけで楽しく登園できると思います。

健康な 1 日のために、朝食はかならず食べさせるようにしてください。

洗顔・歯みがき



顔を洗い、歯をみがけば、気持ちもすっきりします!

登園



登園。お子さんの様子を観察しながら。

朝食



バランスのよい食事をお願いします。

排便



もし出なくても、習慣づけることが大切です。



*登園前に子どもを観察しましょう。

「発熱をしている・食欲がない・嘔吐や下痢をしている・機嫌が悪い・お散歩に行けない」などの状態で体調が優れない時には、無理をせずにご家庭でゆっくりと休養させましょう。たいした事はないように思っても、発熱や嘔吐・下痢などは乳幼児期の小さな体では予想外に体力を消耗して負担がかかっています。また、脱水等、症状が急変することもあります。早い時期に十分な休養を取ることで、症状も軽く済み回復も早くなります。

*保育中の発熱や体調不良時には経過を見ながら保護者の方へ連絡させて頂く場合があります。

様子を知っておいて頂くために一報を入れさせていただく場合もありますし、状況によってお迎え・受診をお願いすることもあります。お忙しいと思いますが、よろしくお願いいたします。

*病気やけがでお休みする場合には、病名や症状をお知らせ下さい。(病気・けがに限らず、欠席のお知らせは、給食の用意の関係上、朝 8 時半から 9 時半までをお願いします。) また、治って登園される場合には病気の経過をお知らせ下さい。

*家庭保育中に打撲(特に頭部、体幹部)や、やけど(軽くても広範囲の時も含む)、けが等をしてしまった時は、登園前に受診して医師により登園しても良いとの判断を得た上での登園をお願いいたします。受け入れ時に、症状・経過等も必ずお伝えください。

*予防接種は体調の良い時に計画的に受けましょう。

予防接種を受ける場合(受けた場合)には、担任または看護師までお知らせ下さい。また、健康カードに接種の日付のご記入をお願いいたします。

*いざという時のために、信頼できる協力者を見つけておきましょう。

特に低年齢・低月齢であればあるほど、風邪や感染症・疲れなどから体調を崩しやすくなります。「仕事はどうしても休めないけれど、でも、子どもも集団生活は難しい」というような場合に備えて、予め信頼できる協力者やサービスを見つけておくことも、安心して子育てと仕事を両立するためには大切です。中野区の病後児保育やファミリーサポートのパンフレット等も事務室にありますので、よろしくお願いいたします。

*2012 年 4 月 1 日付けで学校安全保健法が一部改正されました。それに準じて、感染症の登園基準が一部変更になりました。また、登園許可証が必要な感染症に髄膜炎菌性髄膜炎がくわえられています。詳しくは 2012 年版の「保健のしおり」をご覧ください。ご協力をお願いいたします。

