



# ほけんだより

第 107 号

2024 年 4 月発行  
俊英館 保育園  
こぐま園  
俊英館第 2 保育園

## ご入園・ご進級おめでとうございます

こどもたちが、新しいクラスで健康で楽しく過ごせるよう、職員一同見守っていきたくと思います。今年度も保健に関する情報を「ほけんだより」を通してお知らせします。

### 生活リズムを整えよう

新年度、環境の変化などにより体調を崩しやすいです。元気に過ごすためにも、規則正しい生活リズムを整えましょう。

#### ○早寝早起きを心がけましょう

十分な睡眠は「日中の疲れをとる」「体の成長を促す」「病気を治す力が増す」ことにつながります。

#### ○朝ご飯を食べましょう

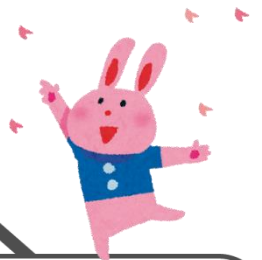
朝食を食べる事で、体が目覚め、その日の体のリズムが始まります。よく噛んでしっかり食べましょう。

#### ○朝、家で排便をしましょう

朝はどうしてもあわただしくなりがちですが、十分なトイレタイムをとれるよう、家族で朝の生活を見直しましょう。

### 毎朝の体調チェック

園では毎朝、子どもたちの体調チェックを行っています。ご家庭でも、登園前など、次のようなポイントで体調チェックをおこなってみてください。



### 年間保健行事

- ・健康診断 <春・秋>
  - ・歯科健診 <春>
  - ・身体測定 <毎月>
  - ・検尿 <年 1 回>
- りす組 (2 歳児) ~ そう組 (5 歳児)

保健衛生については、重要事項説明書の P16~19 に載せております。また、感染症の登園基準や意見書が必要な病気については P24~25 に詳しく載せておりますのでご確認ください。ご不明点は看護師・担任にお尋ねください。

## 園で預かる薬について

与薬は「医療行為」のため、原則行いません。病院で受診する際には、保育園に通っていることを伝えたいので、1日2回の処方できないかなど相談してみてください。

なお、下記のお薬については看護師・担任にお問い合わせください。必要な内容について十分に話し合いを行いお預かりしています。

熱性けいれんやてんかんの薬  
溶連菌感染症の薬  
アトピー性皮膚炎などの軟膏  
アレルギーの薬

注) 初めて飲む薬や市販の薬はお預かりできません。

## 気管支拡張テープについて

喘息や気管支炎などの時に処方される「気管支拡張テープ（ホクナリンテープなど）」は、1日1回貼ることで、長時間作用がある薬です。

保育園に貼ってこられる場合は、『気管支拡張テープ確認表』に必要事項を記入し、登園時に担任に渡してください。

各保育園の玄関付近に「登園に関する意見書」と一緒に置いていきますので、必要な時にご利用ください。

※薬（テープ）の上に、名前の記入を忘れずに！

## 気になる時は・・・伝えてください

お子さんの様子で少しでも気になることがある場合は、保育士に伝えてください。



### □どこが気になるのか

- いつもの状態がどうで、今とどこが違うのか。
- 朝の家庭での様子など。



### □当日の連絡先

- ご登録の緊急連絡先と違う場合は、必ずお伝えください。

### □家庭での対応

- 〇時に検温したら〇℃だった。
- いつもより強く叱ってしまった。

