



# おはなだより 4月

2023年4月1日発行

あいな保育園

保育士 藤村奈美子

満開の桜や色とりどりの草花に見守られ、新たな1年が始まりました。【おはなだより】では今年度も子どもたちが健やかに元気いっぱい園生活を過ごすことができるよう、保健行事のお知らせやお子様の健康に関することなどをお知らせしていきたいと思ひます。✨



## 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。

### 早寝早起きをしよう

睡眠は、脳や体の発育も促す大切な時間です。夜は9時頃までに眠り、朝は7時頃までに起きられるように習慣付けましょう。



### 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。朝ご飯はよくかんで、しっかり食べるように促しましょう。



### 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。朝ご飯の後はトイレに座る時間をつくりましょう。



## 朝の健康チェック

毎朝の登園前に健康チェックをお願いいたします。気になる点がありましたら、必ず職員にお知らせください。健康チェックの項目は以下のとおりです。



- 起床時間と目覚めのようす
- 体温 便 顔色 食欲
- 皮膚のようす 目のようす
- せきや鼻水



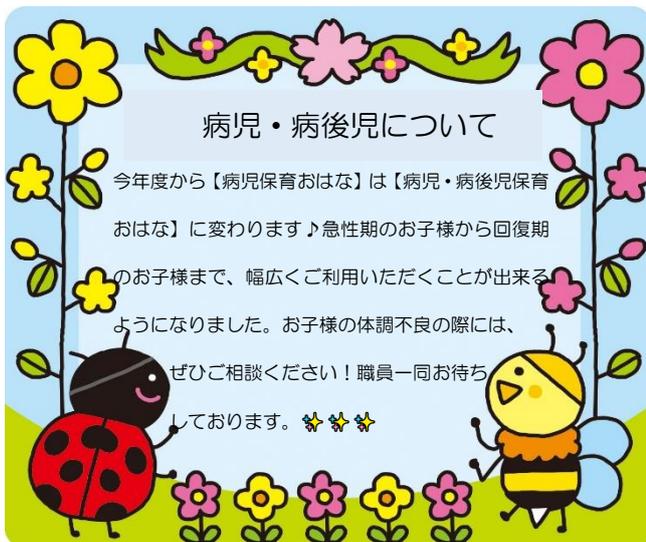
## お、原、真、しい



子どもたちは様々な物に触れるため、爪(つめ)の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。汚れが溜まると炎症を起こし、爪の病気になってしまうので、手洗いで落としきれない汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。



また、爪が長いとどこかにひっかけてしまったり、お友達を傷付けてしまうことにもなりかねません。おうちでは定期的に切ってくださいようお願いいたします。



## 病児・病後児について

今年度から【病児保育おはな】は【病児・病後児保育おはな】に変わります♪急性期のお子様から回復期

のお子様まで、幅広くご利用いただくことが出来るようになりました。お子様の体調不良の際には、

ぜひご相談ください!職員一同お待ちしております。✨✨✨

\* 今月の病児利用状況・・・急性上気道炎/中耳炎/気管支炎/咽頭炎/溶連菌感染症/溶連菌性上気道炎/急性蕁麻疹など。