



令和8年4月1日 こはるび保育園
 看護師の若林です 保健だよりを担当します よろしくお願ひします

ご入園・ご進級おめでとうございます。ドキドキワクワクの中で、新しいクラスでの生活がスタートしました。子供たちが新しい友達と楽しくすこやかに成長していけるように職員一同見守っていきます。どうぞよろしくお願ひいたします。

登園前の健康チェックポイント

目

- めやにが多い
- めがあかい
- なみだめ

耳

- 耳垂れがある
- 耳をさわる
- 耳を痛がる



鼻

- 鼻水鼻つまりがある

便

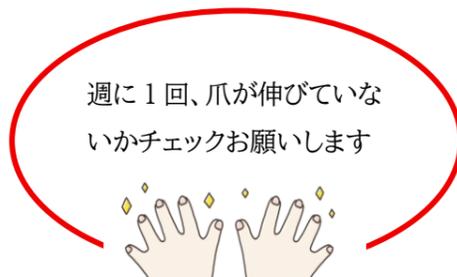
- 回数や状態(色、硬さ)
- すっぱいにおいがする

皮膚

- 水ぶくれがある
- ポツポツがある、増えた
- 赤く腫れている



発熱の目安は37.5℃ですが、個人差があり、0歳児は環境の影響をととても受けやすいです。38℃以上の熱は、解熱して24時間経過してからの登園をお願いします(すぐに解熱して、元気な場合は園に相談して下さい)



★頭をぶつけてしまったら…24時間自宅で安静にしてからの登園お願ひいたします

★目に見える症状はなくても、『いつもより機嫌が悪い』『何となく元気がない』など、いつもとちがう…と思ったら登園時にお知らせください



歯を強くぶつけてしまうと、その時はなんでもなくても時間がたってから変色してしまうことがあります(歯の神経が死んでしまう)! かかりつけ歯科で診てもらいましょう

内科健診…4/17・6/12・10/9

園医紹介



0歳児健診…月1回

歯科健診…春(6/19)・秋

小島医院

運野歯科

身体測定。月1回

小島 龍男 先生

運野 剛 先生

歯科健診と6月にある内科健診は、休んでし
 まうと直接園医さんに受診してもらうことになり
 ます。ご承知おき下さい

住所 青戸5-33-6

住所 亀有2-1-1

☎03-3604-7777

☎03-3690-8340

子どものけが!

体を動かしやすい服装で防ぎましょう

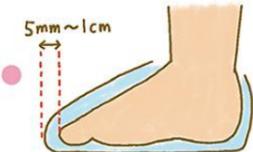
- 小さな子供は次のような特性があります
- 頭が重く体のバランスが悪い
 - 夢中になると周囲に注意が及ばなくなる
 - 危険なことを予測できない

運動神経の発達には12歳ごろまでに完了すると言われており、小さなころから体を動かすことはその後の成長に欠かせません。体を動かしやすい服装で登園する、サイズの合った靴を履かせるなどのご協力をお願いします

服が
大きすぎま
せんか



靴のサイズは
合っ
ていますか



- ・朝起きるまで待つのではなく、時間を決めて起こしましょう。
- ・朝日、自然光を浴びよう
- ・元気に1日を過ごせるように朝ごはんを食べよう
- ・お風呂は早めがおすすめです(寝る1.2時間前)
- ・寝る前の儀式を決めて眠りに向かう雰囲気をつくってみましょう

