



ほけんだより 4月



2025年4月
ニチイキッズ
香南のいち保育園

新入園・進級おめでとうございます。

子どもたちが、新しいクラスで新しいお友だちと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。どうぞよろしくお祈りします。



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？

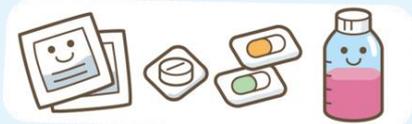
朝ご飯を食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。朝ご飯の後はトイレに座る時間をつくりましょう。



お薬をお預かりする際の注意事項

お子様をお預かりする時間内に、やむを得ず服薬が必要となる場合に限り、お子様の服薬のお手伝いをいたします。お薬を持参される場合は下記要項を必ず守ってください。

- 「与薬依頼票」に必要事項を記入し、処方箋を添付のうえ、提出してください。（与薬依頼票に必要事項が記入されていない場合、服薬させることが出来ません。）
- 医師の処方以外の薬はお預かりできません。（解熱剤や市販薬はお預かりできません。）
- お薬は1回分のみ持参してください。
- お薬の容器や個包装には必ず名前を明記してください。
- 登園時に必ず保育士に手渡ししてください。



新年度、こんなサインに注意

新入園のお子さんはもちろん、新しいクラスに進級したお子さんも、新しい環境で頑張っています。新年度は子どもも、体や心の疲れがたまりやすい時期です。

心の不調が体に出ることもあるので、元気のないときは無理をさせないよう注意してください。しっかり受け止めてもらったという安心感が、心を安定させます。



こんなときは……

- きげんがよくない
- 朝、ぐずって「行きたくない」と言う
- 体調が悪い



お子さんを受け止めて

- たくさんスキンシップをとる
- がんばったことをたくさん褒める
- よく話を聞く