



保健だより

2025年 4月 0239-43-2019・090-1547-3030
社会福祉法人清和会 認定こども園みなみ保育園



ご入園・ご進級 おめでとうございます

春の訪れとともに、新しい生活がスタートしました。暖かな陽ざしの中、園庭には元気な子ども達の声が響いています。新しい生活が始まり、環境の変化により疲れやすくなる時期です。睡眠と休養を十分にとって毎日元気に登園しましょう。



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

早寝早起きを心がけましょう。夜は9時頃までに寝るようにし、朝は7時には起きられるように頑張りましょう。十分な睡眠は「1日の疲れをとる」「体の成長を促す」「病気を治す力が増す」ことに繋がります。



🍴 朝ご飯をきちんと食べましょう

朝食を食べることで、体が目覚めその日の体のリズムが動き始めます。よく噛んで食べることを心がけることも大切ですね。

🚽 朝、家で排便してきましょう

朝ごはんを食べると、腸の動きが活発になり便が出やすくなります。朝はどうしても慌ただしくなりがちですが、十分なトイレタイムがとれるよう家族全員で生活を見直しましょう。



🌸 おねがい 🌸

- ・薬は医師から処方された1回分のみお預かりします。薬連絡票を記入し、説明書と一緒に職員に手渡ししてください。薬の袋・容器に記名をお願いします。
- ・園は子ども達が過ごす集団生活の為、感染症が流行しやすくなります。症状が治まり、登園する際には登園許可願を記入し提出してください。
- ・予防接種は計画的に受けましょう。

2025年度 保健行事

4月11日(金) 内科健診(PM)

4月25日(金) 歯科検診(AM)

6月 9日(月) 尿検査(ちゅうりっぷ~ゆりぐみ)

※身体測定は月に1回行っています。

※すみれ・ゆりぐみは毎日、給食後にフッ化物洗口を行っています。

※歯科検診・内科健診は欠席せずに受けましょう。



保育園の感染症対策として・・・

学校欠席者情報システム(感染症情報システム)「保育園サーベイランス」を取り入れ、地域の状況を把握することで感染予防に努めています。感染症拡大防止の為、ご家族が感染症に罹った場合には、必ず職員まで連絡をお願いします。

小児救急でんわ相談



《茨城子ども救急電話相談》

★相談対応日時★

- 平日(月曜日～土曜日)8時30分から翌朝8時
- 休日(日曜日・祝日、年末年始)8時から翌朝8時

※携帯電話からも「#8000」でかかります。

※一般ダイヤル回線、携帯電話回線からは「03-6667-3377」

※緊急・重症の場合は迷わず「119」へ!!!

休日・夜間に診てくれる医療機関を知りたいときには…

茨城県救急医療情報コントロールセンター「029-241-4199」へ