

ほけんだより

4月号

令和5年4月1日

エレナ保育園

新しいお友だちも増え、新年度が始まりました！

子どもたちが元気に楽しく園生活を過ごすことができますよう、携わってまいります。

ほけんだよりでは、保健行事のお知らせやお子さまの健康に関することなどをお知らせしていきます。1年間どうぞよろしくお願ひいたします。

登園基準について

発熱

- ・解熱して24時間以上経っている
- ・発熱を伴う発疹が出ていない
- ・咳や鼻水は出ているが悪化していない
- ・24時間以内に解熱剤を使用していない
- ・水分摂取ができ、食欲がある、排尿がある
- ・活気があり、機嫌・顔色がよい

嘔吐や下痢

- ・感染のおそれがないと診断された
- ・登園までの24時間以内に2回以上嘔吐や下痢がない
- ・水分摂取ができ、食欲がある、排尿がある
- ・活気があり、機嫌・顔色がよい

※予防接種を受けたとき※

接種当日は副反応が出る可能性があるため、保育園でのお預かりはできません。

翌日は発熱なく普段通り元気そうであれば、登園可能です。

エレナ保育園では原則、お薬のお預かりはしていません。病院にかかる場合には、保育園に通っていることを伝え、処方回数を朝・夕の1日2回に変更できないかなど、医師に相談してみてください。医師がどうしても登園中も与薬が必要と判断した場合に限り、病院で処方されたお薬のみお預かりしています。その際は与薬依頼書・与薬指示書が必要になりますので、ご相談ください。※市販薬のお預かりはできません。

元気な1日は

朝ごはんから

朝ごはんには、夜眠っている間に少なくなったエネルギーを補い、低くなった体温を回復させる、大切な働きがあります。

① 炭水化物で午前中のエネルギーをチャージ！
ごはんはおにぎりやいためごはんにしたり、納豆やシラスなどをかけたりと変化をつけると、食べやすくなります。

② たんぱく質で体温を上げる
牛乳だけでなく、チーズやヨーグルトなどの乳製品、ハム、ウインナー、卵焼き、納豆などを食べることでたんぱく質をとりましょう。

③ 野菜を食べてビタミン補給
野菜は、みそ汁やスープに入れてかさを減らすと、食べやすくなります。さっと塩ゆでするだけでも、野菜の甘みが出ておいしいですよ！

年間予定

身体測定

毎月第3週目に全クラス行います
※測定した身長・体重結果は
コドモンでご確認ください♪

内科健診

毎月…0歳児クラス
5月と10月…全クラス

歯科健診

11月…全クラス

※詳細日程は決まり次第ご連絡します。
※健康診断の結果は医師から
伝達事項があった場合のみ
個別にお伝えします。