

4月 ほけんだより

令和6年4月号

北海道教育大学附属函館幼稚園



4がつ
ほけんもくひょう
★じぶんの
からだをしろ
★せいけつにしろ

ご進級・ご入園おめでとうございます

新年度を迎え、ひとつ大きくなった！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とてもうれしく思います。園児の皆さんが元気で楽しく、保護者の皆さまには安心していただけるよう保健室からお手伝いします！今年も保健室は鎌田が担当します。毎朝、玄関でお迎えしますので、何か気になることがあれば声をかけてください。今年1年よろしくお祈りします。

4月のほけん行事



★二計測・・・4月23日(火)

(ゆき・つき組)

★二計測・・・4月24日(水)

(はな組)

★尿検査提出日 4月19日(金)

*4月15日(月)尿検査セット配布

*健診のかわいいことは、「けんこうしんだんだより」でお知らせします。



園でお預かりする お薬について



風邪薬などは、誤飲防止のため、基本的には、ご家庭で服用するようご協力ください。

やむを得ず、幼稚園での服用が必要な場合は「投薬依頼書」にご記入の上、朝のうちに1回分の薬を玄関で養護教諭にお渡しください。

また、塗り薬等、幼稚園で長期保管を希望する場合もご相談ください。

*病院で処方されたお薬が基本ですが、それ以外の場合はご相談ください。

【内科】

さいとう小児クリニック

(斉藤小児科医)

石川 350-18

☎34-3355

お医者さんの健診は
6月からはじまります！

健康診断で
お世話になります！

園医の紹介

【耳鼻科】

あかざわ耳鼻咽喉科クリニック

(赤澤耳鼻科医)

中道 2-17-16

☎33-4187

【眼科】

藤原眼科

(藤原眼科医)

美原 2丁目 1-25

☎47-5700

【歯科】

黒田歯科

(黒田歯科医)

美原 3-2-17

☎46-3522



登園前の健康チェックポイント

いつもとちがう……と思ったら、お知らせください

目に見える症状がなくても、「いつもよりも機嫌が悪い」「なんとなく元気がない」など、気づいたことがあったら、朝、登園時に職員にお伝えください。

今日、少し鼻づまりがあります。



目

- 目やにが増えた
- 目が赤い
- 涙目になっている

耳

- 耳を触る（気にするそぶりがある）
- 耳だれが出る

皮膚

- ポツポツができています
- 水ぶくれやうんだ場所がある
- 赤くはれている

鼻

- 鼻水・鼻づまりがある
- くしゃみが出る



おしっこ・うんち

- 回数や状態（色やかたさなど）、におい（すっぱいにおいは消化ができていない）がいつもとちがう

ポツポツに気づいたら、時間とともに数が増えたかどうかも見てください。

朝ごはん

で元気のスイッチを押そう！

体のスイッチ

肉や魚など、体をつくるたんぱく質をしっかりととりましょう。体温が上がって、活発に動けるようになります。

頭のスイッチ

脳は、活動するのにたくさんのエネルギーを使います。脳を元気に働かせるためには、主食（ごはんやパン、めん類など）をしっかりとって。

おなかのスイッチ

朝しっかり食べると、腸が目覚めて動き出し、排便リズムが整いやすくなります。野菜や果物など、繊維質が多いものがおすすめ。

育ち盛りの子どもたちは、毎食しっかり食べることが大切です。活動エネルギーを補給するだけでなく、成長のためのエネルギーも必要だからです。朝ごはんをしっかりと食べて、元気のスイッチをONにしましょう！

重要

保健調査票の記入をお願いします

各クラス、該当する年齢のところに記入をお願いします。
特に食物アレルギー等、昨年度から変化があるものも記入してください。
また、緊急連絡先等の変更もあればお願いします。
表紙の該当クラスのところに記入後の印を忘れずをお願いします。



4月15日（月）までに提出をお願いします！