



ほけんだより 4月号



令和8年4月1日

三永太陽保育園



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。子ども達が楽しくすこやかに成長していけるよう、見守っていきたいと思います。

園医の先生のご紹介

内科：藤原内科医院

歯科：はもう歯科クリニック

5月に内科健診と歯科健診、尿検査を予定しています。尿検査は3歳以上児のみです。日程はまたお知らせ致します。

身体測定のお知らせ

毎月第1週に身体測定を行います。正しい身長が測れるように、当日は髪を頭の真上で結ばないようお願いします。



熱が出た時の お家でのケア



水分補給



湯冷まし、麦茶、子ども用イオン水、経口補水液、果汁などが適しています。子どもが進んで飲みたがる物を与えましょう。

食事



食欲があれば、喉越しがよく、消化によい物を与えましょう。乳児で食欲がない場合は1回の量を減らし、回数を増やして与えてみましょう。

衣服



熱の上がり始めて寒がる時は保温できる服で、熱が上がりきったら薄着に替えます。汗をかいたらこまめに取り替えましょう。

汗を



かいたら

ぬるま湯に浸し固く絞ったタオルで体を拭いてあげましょう。汗をかいた体がさっぱりし、熱を放散させる効果もあります。



衣類のチェックをお願いします

暖かくなって外遊びの時間が長くなり、汗をかいて着替える回数が増えてきます。服がきついと脱いだり着たりしにくいですし、大きすぎる服は体の動きを妨げます。衣がえのときには、サイズを確認するようお願いします。

髪止め

髪を結ぶゴムは、飾りのないシンプルなものが

靴のサイズ

つま先に5mm～1cm程度の余裕があるものがbest

洋服

首回りやそでに余裕があるほうがbetter

脱ぎ着しやすく、暑くなりやすいというメリットも。

