



ほけんだより



令和8年3月31日
太宰府くじら保育園
看護師 原口

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。子どもたちが楽しくすこやかに成長していけるよう、見守っていきたく思います。

登園前の体調チェック

園では毎朝、登園してきたお子さまの健康観察を行っています。ご家庭でも、登園前にお子さまの体調の確認をお願いいたします。

- 熱がある (37.5℃以上)
- 目が赤い (充血している)
- 目やにが出ている
- 鼻水や咳が出る
- 湿疹、発疹が出ている
- 食欲がない
- おしっこ・うんちの回数や状態がいつもと違う
- 機嫌が悪い (ぐずっている)



いつもと違うと思ったら、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、気付いたことがあったら、登園時に職員にお伝えください。



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ってみましょう。



嘱託医のご紹介

今年一年間、健康診断を始めとしたお子さまの健康管理に関し、ご指導とご協力をいただく先生方です。

- <内科> 小林 起秋先生
(たてあきクリニック)
- <歯科> 新開 守晃先生
(しんかい歯科クリニック)



年間保健行事予定

- <毎月> 身体測定
- <6月・11月> 内科健診
歯科健診
- <5月・11月> 尿検査



検尿のお知らせ

検査キット配布 5月19日(火)
提出日 5月21日(木)

10時には検査業者が回収に来ます。当日欠席等の理由で、保護者の方が届けて下さる場合は、時間にご注意ください。

詳しいお知らせは後日配布します。ご協力よろしくお願いいたします。

今年度より尿検査はにじ組・そら組・くじら組のみとなります。

