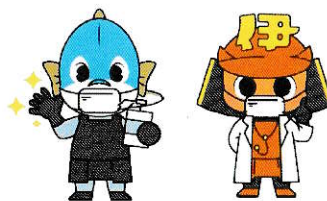
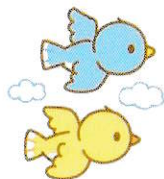


4月号



こんな病気に注意！
インフルエンザ
溶連菌感染症・咽頭炎
発熱・嘔吐 など



ほけんだより

令和8年4月 病児・病後児保育室「いよっこすまいる」

ご入園・ご入学・ご進級おめでとうございます。新年度がスタートし、こどもたちも喜びと期待で胸をふくらませていることでしょう。健やかに元気いっぱい過ごせますよう、健康に関する情報を『ほけんだより』を通してお知らせできたらと思います。今後とも、伊予市病児・病後児保育室「いよっこすまいる」をよろしく願います。

病児・病後児保育室をご利用時に必要なもの

- 医師連絡票（前日もしくは当日のもの）
- 利用申請書 病状連絡票
- 薬（すまいるで使用分のみ） 座薬・頓服（箱、袋ごと持参）
- お薬手帳または処方箋 着替え一式 利用料金



こんにちは♪



病児・病後児保育室  です。

こどもさんが急な病気でお困りの時でも安心してお仕事ができるよう、ゆったりしたケアでこどもさんをお預かりいたします。お電話でご相談ください。

★登録の翌日から利用が可能となりますので、利用の前日までに登録を済ませて頂きますようお願いいたします。

登録について

※登録は、毎年度必要です。

- ・登録場所…「いよっこすまいる」（ぐんちゅう保育所 隣り）
- ・登録に必要なもの…登録票（必要事項をご記入ください。）
同意書、子ども医療費受給資格証、母子健康手帳、
登録に来られる保護者の本人確認書類

お問い合わせ 089-982-0406



駐車場について

いよっこすまいるをご利用の際は、
ぐんちゅう保育所駐車場（道路脇）をご利用ください。
施設前に停めないようにお願いします。



生活リズムを身につけよう

- ① **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時頃までには眠り、朝は7時ごろまでに起きられるよう習慣付けましょう。
- ② **朝ごはんと排便のチェック**
朝ごはんを食べると体が目覚め、腸が動き出し排便しやすくなります。朝ごはんの後はトイレに座る時間をつくりましょう。
- ③ **こどもと向き合う時間をつくりましょう**
入園や進級で新しい環境での生活がスタート。慣れない中で、こどもたちはいつもより疲れます。ぎゅっとハグして「がんばってるね」の言葉がけを♪

生活リズムを整えましょう★

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。

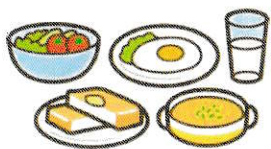
◎早寝早起きをしよう



十分な睡眠が、体の成長を促進します。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、体温を上げて体を目覚めさせてくれます。
また、体にエネルギーと栄養を与えてくれ、脳も活発になります。
朝はしっかりご飯を食べて、その日1日を元気に過ごしましょう。

◎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る時間をつくりましょう。

