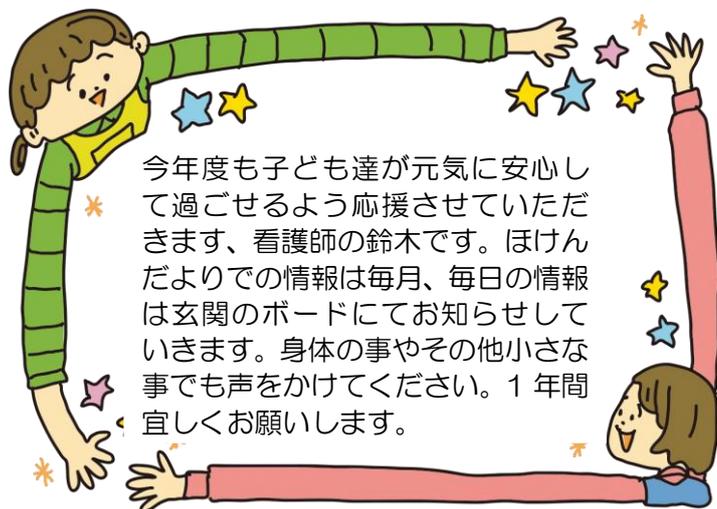




ほけんだより 4月号

令和4年 4月
しいの木保育園
看護師 鈴木

ご入園、ご進級おめでとうございます。新しい環境での生活は、新入園児も進級児も緊張が続き大人が想像する以上に心身ともに疲れています。家に帰り、ほっとして体調や気分に変化のする日も少なくないかと思います。十分な睡眠・休養・栄養を摂り元気に登園してくれるのをお待ちしております。



今年度も子ども達が元気に安心して過ごせるよう応援させていただきます、看護師の鈴木です。ほけんだよりでの情報は毎月、毎日の情報は玄関のボードにてお知らせしていきます。身体の事やその他小さな事でも声をかけてください。1年間宜しくお願いします。



登園前のチェックをお願いします！

- 熱はありませんか？咳鼻水は？
- 機嫌はどうですか？
- 皮膚の状態は？ 目やには？
- 食事は摂ってきましたか？
- 便の状態は変わりないですか？
- 「疲れた」「痛い」と言っていないですか？
- 不調を上手く表現できないかもしれません

こどもの「免疫」のおはなし

子どもの免疫系は菌と触れ合い感染を重ねて発達していきます。

免疫系には・・・

- ①自然免疫系：生まれながらにして持っているもの。
- ②獲得免疫系：生まれてからさまざまな感染症（常在菌との接触）を経験することにより発達していくもの。

常在菌と毎日コミュニケーションをとることで免疫の調整能力は発達します。常在菌や環境の菌との触れ合いが大切になります。

免疫力を「上げる」ことはできないのですが、不自然な生活は免疫力を落としたり、コントロール不能にしまいます。不自然な生活とは、運動不足・日光不足・睡眠不足・食べ過ぎ飲み過ぎに加え食品添加物・抗生剤の多用などです。

新入園児さんは、しばらく感染症にかかったり体調を崩すことが多くなると思います。仕事をする保護者にとっては戸惑う日々だと思いますが、免疫の発達過程と捉え前向きに成長を見守りたいですね。

からだの年間予定

- *内科健診
 - 1回目：5月19日（木）
 - 2回目：10月27日（木）
- *歯科検診
 - 5月下旬～6月初旬頃
- *就学前健康診断（年長児）
 - （聴力・視力を園で行います）
 - 9月頃
- *身体測定：毎月1回

～1年間お世話になる園医～

内科：まるやま小児科医院
丸山先生

歯科：さいとう歯科医院
齋藤先生

健診日の登園時間や結果への対応などご協力をお願いします。



「保育のしおり」を見直しましょう！

今年度も1年間ほけん活動へのご理解・ご協力をお願いします。感染症のこと、お薬の事など園での約束は「保育のしおり」に記載されています。新入園児さんも進級児さんも年度初めに1回は読み直してみてください。「こんな状態だけど登園しているのかな・・・」「お薬が出ちゃったけど・・・」などの時は保育のしおりを見直したり、登園前に電話などで連絡を頂ければと思います。