

✧ 春が来た

ご入園、ご進級おめでとうございます。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、とても嬉しく思います。環境が変わった4月は、体調にも精神的にも疲れが出てきます。毎朝子どもの様子を観察し、少しでも変化があれば必ずお知らせください。一緒に子ども達の健康について考えていきましょう。そのほか、園での様子、家庭での様子、お互いに情報交換をしていきましょう。

✧ 春先のかぜ

まだ朝夕は気温が低く、日中との気温差が大きいため、かぜをひいてしまう子どもが多くなっています。環境の変化で緊張が続き、心身ともに疲れがたまってるのかもしれない。初めて集団生活に入ったお子さんは特に、お家でゆったりと過ごして下さいね。

かぜかな？と思ったら…

体を温かく保つ 栄養補給 十分な睡眠と休養 水分補給などを心掛けましょう。

✧ 生活リズムを整えよう

一日元気に過ごすためには、正しい生活リズムを身につけ、健康な体づくりが大切です。

* 早寝 早起きをしましょう

朝は7時に起き、夜は9時までに寝るように頑張りましょう。

* 朝ごはんを食べましょう

* 朝ごはんの後、排便をしましょう

朝ごはんの後はトイレに座る時間を作りましょう。

✧ 園で預かる薬について

薬の与薬が必要で、薬を持参される場合は、担任にご相談の上、下記の要項を必ず守ってください。

○医師の処方以外の薬はお預かりできません。

○投薬依頼書と共に、薬は必ず一回分のみ持参してください。

○薬や袋、容器にも名前を明記してください。

○登園時に必ず保育者に手渡ししてください。(手渡しでない場合で確認がとれないときは出来ませんのでご了承ください。)