



ほけんだより4月号



令和8年度
社会福祉法人
栗石保育園
保健室

ご入園・ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、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、とてもうれしく思います。看護師の袖林典子です。健康面でのサポートをさせていただきます。一年間よろしくお願いいたします。



園で預かる薬について

保育園では医師から1日3回で内服するよう処方されたものに限りお預かりしています。軟膏、点眼薬に関しても同様です。

・持参する際には、必ず薬の連絡票に必要事項を記入し、薬剤情報提供書を添えて、1回分(粉は1袋、シロップは1×モリ分を容器に移して)をジップロック(18cm×20cm)に入れてお持ちください。

・持参した薬は玄関のお薬ボックス(タフレットの前)にお入れください。かばんの中に入れてたままですと投薬できません。

・薬の連絡票には必ず内服をする期間を記入してください。内服が終了しましたら園で用紙を保管します。

・用紙は玄関にあります。なお点眼や軟膏を7日以上継続して使用する場合は用紙が異なりますのでお申し出ください。

・内服薬に関してご不明な点がありましたら看護師に声をかけて下さい。



発熱後の登園について

熱が出ると体力が奪われて、体は一時的に弱った状態に。熱が下がってもすぐには登園せず1日は家庭で様子を見ながら安静に過ごしましょう。

(自然に解熱してから24時間経過してからの登園をお願いします)

また病院受診で検査をした時は速やかに結果をお知らせください。



生活リズムを身につけよう

入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ実践してみてください。

① 早寝早起きを意識して

眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までには起きるように促してみましょう。

② 朝ごはんを食べよう!

朝ごはんを食べないと、ぽっつとして、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。

③ うんちは済んだかな?

朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はうんちタイムをとり、トイレに座りましょう。

