



ほけんだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和7年4月1日
上麻生保育園

入園・進級おめでとうございます。初めて保育園に入るお子さんも、進級したお子さんも新しい環境になり、疲れが出たり、体調を崩しやすい時期です。お子さんの体調や気になることがある時はいつでも職員にお声かけ下さい。

登園前のチェック



毎日のお子さんの様子を知ることで、お子さんの体調変化に気づきやすくなります。

<登園時のお願い>

登降園時に大人は玄関前の水道で手洗いをし、お子さんは、部屋に入る前にトイレで手洗いをしウイルスを流しましょう。

保育園ではいろいろなアレルギーをもったお子さんもいます。飲食物や植物等は園舎内に持ち込まないようにお願いします。口の中に残っていたり、衣類のポケットに入っていたりすると本人が誤嚥し、窒息等の事故に繋がる可能性もあるので保護者の方が確認してから登園するようにお願いします。

また、子どもの皮膚は薄く傷つきやすいので爪は常に短く切っておいて下さい。伸びた爪は細菌が溜まりやすく病気の元になったり、自分や友達の皮膚を傷つけることにも繋がります。



<早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち>

- まず朝起きることから始めましょう。太陽の光を浴びると脳が目覚めて体内時計がリセットされます。



- 朝ごはんは1日の元気の源。ご飯やパン、卵や肉魚類、野菜、果物等バランスよく食べましょう。

- 朝ごはんの後はトイレに行く習慣をつけましょう。スッキリすると遊びにも集中できます。

