



## 4月ほけんだより

こども未来局  
保育・子育て推進部

令和8年4月1日 東小田保育園

入園・進級おめでとうございます。初めて保育園に入る子ども、進級した子ども新しい環境になります。疲れが出たり、体調を崩したりしやすい時期です。子ども達の体調や気になることがある時はいつでも職員に声をかけてください。



### 園医健診

ひまわりぐみ  
新入園児

### 3月の感染症

溶連菌感染症の児がいました。

★体調不良、病気、受診をするなどでお休みするときはコドモンに病欠を入力した上に8:30~9:00の間に電話で連絡をしてください。  
受診した時は結果を保育園に伝えてください。



### 登園前に確認しましょう

機嫌や顔色は悪くないですか？

熱はありませんか？

朝ごはんはたべましたか？

爪は切ってありますか？

うんちは出ましたか？  
どんなうんち？

体にぶつぶつは  
出ていませんか？

### <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。早起きすると体のリズムがついて体内時計が整い、早寝につながります。
- ・朝ごはんは1日の元気の源です。しっかり食べましょう。起きてすぐは食べられないこともあるので早く起きて朝ご飯を食べましょう。
- ・朝ご飯の後は家でうんちの習慣がつくようにトイレに行きましょう。すっきりすると遊びにも集中できます。

イラスト出典:メイト

### <爪切りについて>



子どもの皮膚は薄く傷つきやすいのでちょっと当たっただけでも傷がつきやすいです。

伸びた爪や角が残っていると自分や友達の皮膚を傷つけることにもつながります。

こまめな爪切りと角をやすりて整えるようお願いいたします。

健康や保健に関することについて、保育内容説明会でもお話させていただきますが、ご不明な点がありましたら、いつでも看護師までお問い合わせください。1年間よろしくお願いたします。