



ほけんだより 4月号

令和3年4月1日
青梅みどり第2保育園保健室

ご入園、ご進級おめでとうございます。子どもたちが健やかに元気いっぱいすごせますよう保護者の皆様と情報交換しながら見守っていきたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。

早起き早寝で

生活リズムをととのえよう!

人間が生きていく上で、睡眠は欠かすことができません。そして本来人間は、明るい昼間に活動して、夜は眠る昼行性の動物です。ところが、現代は24時間社会といわれるように、照明をつけて夜遅くまで活動していることから生活リズムを乱しやすい環境にあります。子どもたちの健康を考える上で、睡眠の大切さや、眠ることの心地よさなどについて親子で話し合ってみましょう。



4月の保健行事のお知らせ

4月8日(木) 全園児健康診断

※9時までに登園をお願いします。

身体測定(身長・体重)は、月1回行います。お子さんの登園に合わせて月の前半に行います。結果は、「身体測定」カードをお渡しします。カードは、1年間使いますので、確認欄にサイン後、登園時保育士に返却をお願いします。

新型コロナウイルス感染症について

発熱やせき、けん怠感、息切れ、味やにおいの異常などの体調不良を感じたら、早めに医療機関に相談しましょう。

▶かかりつけ医がいる方

電話でかかりつけ医へ

▶かかりつけ医がない方

かかりつけ医が休診等の場合

電話で東京都発熱相談センター

☎03-5320-4592 (24時間受付)

または青梅休日診療所へ

問い合わせ

健康センター ☎ 23-2191

よろしくお祈りします

前任の藤原先生より引き継ぎ

働かせていただきます

看護師の「増岡」です。

どうぞよろしくお願い致します。

