

# 4月 ほけんだより

令和3年 4月1日発行  
川口わんぱく保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。春の訪れとともに、新しい保育園生活が始まりました。まだまだ、新型コロナウイルス感染症の終息が見えません。できる対策をしっかりと行い、感染予防に努めてまいります。また4月は、新しい環境や緊張もあり、子どものストレスが溜まりやすい時期です。休みの日はおうちで、ゆっくりと過ごせるように配慮しましょう。

## 生活リズムを整えよう!

入園、進級で環境が変わった4月は生活リズムを改善するよい機会です。正しい生活リズムを身に付け、健康な体をつくりましょう。

### 早寝・早起きをしよう

睡眠は、脳や体の発育も促す大切な時間です。夜は9時頃までに眠り、朝は7時頃までに起きられるように習慣付けましょう。



### ご飯はしっかり食べよう

食べたくなくても、何かしら口に入れて登園するようにしましょう。バナナやヨーグルトなど、糖분을補給しましょう。



### うんちは出たかな?

朝ご飯を食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。朝ご飯の後はトイレに座る時間をつくりましょう。



## 爪はきれいかな?



集団生活になるので、長い爪は、お友達を引っ掻いたりしてしまう原因にもなります。爪は、毎週必ず切るようにしましょう。

日曜日のお風呂上りなどに切る習慣をつけておくといいと思います。爪も切りっぱなしだと、めくれる原因になるので、やすりもかけるようにしましょう。

## 登園前の体調チェック



※受け入れで37.5℃以上ある場合は受け入れができません。また、解熱後は24時間、嘔吐後は24時間経過しないと登園できません。ご理解ご協力をお願い致します。



## ☆便・嘔吐物など汚れ物などの返却について

現在まで、便・嘔吐などの汚れ物に関して園内で水洗いをして返却をしていましたが、感染予防対策として、汚れたまま袋に入れお返しをすることになりました。皆様には、大変ご迷惑をおかけいたしますが、園内での感染を広げないよう、ご理解ご協力をお願い致します。 ※保育園で水洗いしないもの・・・血液・便・吐物（ミルクの吐き戻しも含む）