



令和7年4月1日 筑後二川保育園 文責：龍野

ご入園・ご進級おめでとうございます。

春は新しい環境や生活に、ドキドキしたりワクワクしたり、心も体も疲れやすい季節です。そんな時こそ大事なのが「早寝・早起き・朝ごはん」 たっぶりの睡眠と規則正しい生活を心がけ、心と体の健康を守りましょう。今年度もどうぞ宜しくお願い致します。









**朝ごはん**で元気のスイッチを押そ

毎食しっかり食べることが大事です。活動エネルギーを補給するだけでなく、成長の為にエネルギーも必要だからです。

**朝ごはんをしっかりと食べて、元気のスイッチを ON にしましょう！**



**体のスイッチ**

肉や魚など、体をつくるたんぱく質をしっかりととりましょう。体温が上がって、活発に動けるようになります。

**頭のスイッチ**

脳は、活動するのにたくさんのエネルギーを使います。脳を元気に働かせるためには、主食（ごはんやパン、めん類など）をしっかりとって。

**おなかのスイッチ**

朝しっかり食べると、腸が目覚めて動き出し、排便リズムが整いやすくなります。野菜や果物など、繊維質が多いものがおすすめ。







## 健康診断のお知らせ

- 4月 10日(木) 尿検査
- 11日(金) 尿検査予備日
- 14日(月) 発育測定
- 16日(水) 歯科検診(1:30~)
- 17日(木) 内科検診(2:00~)

\*「発育測定」は、保育士が身長と体重を計ります。

\*「内科検診」「歯科検診」は園医が保育園にて行います。

お休みをされない様にご協力ください。当日欠席された場合は、保護者様の方で園医に連れて行っていただくこととなりますので宜しくお願い致します。



## 園で預かる薬について



投薬は基本、朝夕の2回にして頂きご家庭にてお願いいたします。どうしても投薬を希望される場合は、下記の要項を必ず守ってください。

- 医師の処方以外の薬はお預かりできません。
- 食後の薬1回分のみ持参してください。
- 点眼薬・塗り薬に関しましてはご相談ください。
- 薬に名前と日付を明記してください。
- 「薬依頼書」を必ず提出してください。



※上記要項が守られていない場合は、与薬はいたしません。

## <体調不良時のお願い>

お子様の体調が悪くなった時は、ご連絡をさせていただきます。お仕事中で都合の悪い時もあるかと思いますが、お子様の体調の急変も考えられますので、連絡を受けた時は早めのお迎えをお願い致します。お迎え時の事など家族間でお話をされ決めておいてくださいね。