

4月のほけんだより

令和4年
大谷会
看護師



ご入園・進級、おめでとうございます。新しい環境でワクワク・ドキドキな
お子様たちですが、思っている以上の緊張があると思います。

どうか無理をせずゆっくり休養し、睡眠をとられますように。
今年度も健康な毎日を過ごすためのヒントや季節に合った話題を
お届けできますようにがんばります(^_-)☆ どうぞよろしくお願いいたします。



朝の健康観察をお願いします

準備をしながら



いつもと違うことや、気になることがあれば、連絡帳に
書いてください。

- ☐ いつもと同じように目覚めましたか？
- ☐ 顔色はいいですか？
- ☐ 食欲はありますか？
- ☐ 元気はありますか？
- ☐ 下痢はありませんか？
- ☐ 痛いところはありませんか？



小さなからだ みんなで守って



手洗い・マスクなどの感染症
対策。小さなお子さんには、まだまだ難しい
面があります。さらに、こんな特徴も…

感染症に かかりやすい

胎盤を通して受け取って
いた免疫が、生後数カ月から
減少してくる

呼吸困難に なりやすい

鼻道や気道が狭いため、少
しの腫れで息苦しくなりや
すい

脱水症を 起こしやすい

1日に必要な水分量が多く、
発熱や下痢によって脱水に
なりやすい

小さなからだの異変に、早めに気づいてあ
げてくださいね。そして、おうちの方が健康
でいることも大切です。
バランスのいい食事や
生活リズムの見直しな
ど、家族みんなで取り
組んでください。



続けてがんばろう



感染症対策



笑顔いっぱい
元気いっぱいの
1年に

体もこころも 毎日成長していま

身長や体重みたいに大きさはかること
はできませんが、体と同じようにお子さん
にはどんどん育っているところがあります。
それは一体どこでしょうか？

誰かと関わったり、新しい出来事に出会
って考え感じたりする
…。そんな1日1日の
積み重ねで、お子さん
の「心」は少しずつ大
きくなっているのです。

睡眠や食事が体に必要のように、心の成
長にも必要なものがあります。例えば…

おともだち
とあそぶ

おともだち
とのけんか

時にはがま
んすること

できること
が増える

心は一人ひとり違っていて、成長の仕方
も人それぞれです。自分の心も相手の心も
大切にしながら過ごせるといいですね。

