



# 4月のほけんだより



2020/04/01

発行

ご入園、ご進級おめでとうございます！

新しいお友だちがすみれ組とれんげ組に増えました。入園、進級はとてもうれしいのですが、新型コロナウイルスの影響で卒園式に続き、入園式も縮小になったことは残念です。今年は例年通りにならないことが多いかもしれませんが、園としてできる感染防止対策を行ってまいりますので、ご理解・ご協力をお願いします。

## 『新型コロナウイルス感染症対策について』

3月後半になり東京都の感染者数が増え、外出自粛など制限が大きくなってきています。子どもも大人もストレスがたまるかもしれませんが、一人一人ができる感染予防を行いながらストレスをためない工夫をしていきましょう。

絶対に避けたい「3つの密」とは？

厚生労働省や各都道府県の知事などが、感染拡大を防止するために「密閉空間」「密集場所」「密接場面」の3つの「密」を避けるよう、お願いをしています。

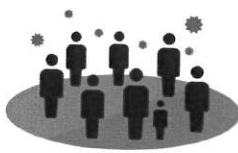
### 3つの【密】、絶対に避けて

換気の悪い  
密閉空間



むんむん

大勢がいる  
密集場所



ぎゅうぎゅう

間近で会話する  
密接場面



がやがや

## 保護者の方へお願い



- ・新年度になりますが、登園前の検温は続けてください。たんぽぽからひまわりは連絡板への記入もお願いします。
  - ・保護者の方は送迎時、手指のアルコール消毒をしてください。登園時子どもたちは室内で手洗いを行います。  
(れんげ組は子どもの手洗いを保護者の方をお願いしています。)
  - ・家族の方が感染または濃厚接触した場合も必ず保育園にお知らせください。
- \*3月のほけんだよりも参照してください。



## 【3月の感染症】

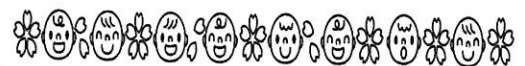
- ・溶連菌感染症

旧こすもす 2名、旧たんぽぽ 1名  
\*抗生剤内服があると思います。できれば、朝・夕2回にしてもらえると良いのですが、昼もある場合は医師の指示書が必要です。事務所まで声をかけてください。

## 『生活リズムを整えよう』



健康な身体と情緒を育てるには生活リズム(24時間)を整えることが大切です。身体の中の時間と生活の時間には1時間の時間差があり、ほっておくと夜型の生活に移行してしまいます。生体リズム(25時間)は生後4ヶ月ころから育ち始め、5~6歳頃に完成するといわれているので、保育園時代に生活リズムを作っていくことが大事なのです。生活リズムを整えることで、未熟な生体リズムを健康に発達させ、心身の働きをコントロールする自律神経を強くし、成長のためのさまざまなホルモンを分泌させ大きくなっていくのです。



## 「連絡カード、引き取りカード提出のお願い」

連絡カードの保険証・医療証のコピーは病院受診するような怪我などの場合、使うことがあります。引き取りカードは災害時に必要になります。

〈今月の保健行事〉

- ・健診 4/9 (木) 乳児クラス  
こすもす
- ・身体測定