

鱈ヶ沢町病後児保育通信

平成28年度

年度末号

おひさま



《元気に新年度を迎えましょう！》

～環境の変化は心と体にも影響しますよ！～

少しづつ暖かくなり始め、やわらかな春の日差しを感じるようになりました。4月からの進級や進学に向け、子ども達もワクワクしている様子が見られます。あっという間に1年も終わりに近づいています。

さて、ここ近年幼児の花粉症が増えて来ているそうです。せきやくしゃみ、鼻水が出る、目がかゆくなるなどの症状は、かぜやインフルエンザと似ています。早めに病院で受診し、花粉症と診断されたら医師の指示に従い、しっかり対応しましょう。



生活リズムを身につけよう

入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ実践してみてください。

① 早寝早起きを意識して

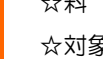
眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までには起きるように促してみましょう。

② 朝ごはんを食べよう！

朝ごはんを食べないと、ぼーっとして、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。

③ うんちは済んだかな？

朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はうんちタイムをとり、トイレに座りましょう。



《新年度に登録しませんか》

病後児保育は、病気の回復期にあるお子様を専用の保育室（おひさまルーム）で看護師等の専門スタッフがお預かりするサービスです。

鱈ヶ沢在住の満1歳から小学6年生までのお子様を利用できます。

今年度は多数の利用者があり、1日～2日程度ゆっくり過ごし、体力の回復を図ることができました。利用の際は登録が必要です。事前登録をしたい方は、「登録申請書」を鱈ヶ沢こども園へ提出してくださるようお願いいたします。

※毎年登録する必要がありますので、宜しくお願い致します。

《病後児保育『おひさまルーム』ご利用について》

☆日 時：月曜日～土曜日 午前7時30分～午後6時

※ただし、日曜日、祝日、お盆（8/13～15）、年末年始（12/29～1/3）、

鱈ヶ沢こども園の行事等により利用困難な日はお休み

☆料 金：500円～2,000円（給食・おやつ代含む） ※利用条件により料金が異なる

☆対象児童：鱈ヶ沢在住の満1歳から小学6年生までのお子さま

☆申込手続：利用日前日までに鱈ヶ沢こども園へ電話申込のうえ、利用申請書を提出 ※事前に登録申請が必要

☆持参する物：着替え・オムツ・医師の処方する薬など

☆その他：いつ頃から病後児保育の利用が可能なのか、必ず医師に確認して下さい。

◇詳しくは鱈ヶ沢こども園にお問い合わせください。（☎72-2067）

※病後児保育通信は不定期発行です。

