



ほけんだより



令和8年4月7日(火)

うえだこども園

新生活がはじまり、お子様のご家庭での様子はいかがですか?ご心配なことがありましたら、お気軽にご相談ください。今年も、保健に関する情報を「ほけんだより」を通してお知らせしていきます。

ご家庭と連携をとりながら、お子様の成長を大切に見守っていきたいと思いますので、よろしくお願い致します。引き続き、毎日の健康観察をお願い致します。

熱があった時、体調がすぐれない時にはご連絡いたしますのでお迎えをよろしくお願い致します。

園医紹介

- ・上田診療所 (上野曽根)
矢島 恭一 Tel 27-3306
- ・小松歯科診療所 (栄町)
渡部 公希 Tel 26-2340
- ・江部耳鼻咽喉科 (新井田町)
江部 学 Tel 24-3387
- ・まこと眼科 (一番町)
菅原 優子 Tel 26-3721
- ・学校薬剤師めぐみ薬局 (上野曽根)
住田 和徳 Tel 35-8425

☆よろしくお願ひします☆

<今年度の健康診断予定表>

健康診断	日程	時間
内科検診 (全園児)	1回目 5月12日(火)	12:45~
	2回目 10月13日(火)	
尿検査 (3.4.5歳児)	5月22日(金)	登園時提出 ※9:15まで お願いします。
歯科検診 (全園児)	6月19日(金)	9:00~
耳鼻科検診 (全園児)	7月1日(水)	13:30~
眼科検診 (全園児)	11月6日(金)	13:00~

※できるだけ園で受診できるようにご協力をお願いします。

※都合により日程が変更になることがあります。その時はご連絡します。

◎早寝早起きを心がけましょう

新生活の疲れから、体調を崩したり感染症にかかりやすくなったりすることもありますので早寝早起きを心がけましょう。十分な睡眠は「日中の疲れをとる」「体の成長を促す」「病気を治す力が増す」ことにつながります。

◎朝ごはんをしっかり食べましょう

「早寝・早起き・朝ごはん」という言葉があるように、一日の始まりのエネルギー補給である朝ごはんは、健康な生活にかかせません。ごはんを食べないと、疲れやすく、イライラしたり、集中できなかったり、落ち着きがなくなる、また肥満になりやすくなります。

毎日のお休み状況につきましては、連絡アプリの「本日の体調不良による欠席状況」をご覧ください!

今年度の発育測定予定表

4月	10日(金)	10月	1日(木)
5月	1日(金)	11月	2日(月)
6月	1日(月)	12月	1日(火)
7月	1日(水)	1月	7日(木)
8月	3日(月)	2月	1日(月)
9月	1日(火)	3月	1日(月)

※発育測定は、身長・体重を測ります。

※測定結果はアプリでお知らせいたします。

