



ほけんだより

令和6年4月

保健担当：鶴見

入園式・進級式から早いもので1か月が過ぎようとしています。保育室から聞こえてきた泣き声も元気な声に変わり保育園の中にも笑顔が増えてきて、こどもたちは少しずつ新しい環境にも慣れ、園庭やグラウンドで元気に遊ぶ姿が見られるようになってきました。暖かい日もあれば暑いぐらいの日もあるこの季節。なかなか身体も気温の変化に追いつかなかったり、心の面でもドキドキしたりワクワクしたりと身体も心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」たっぷりの睡眠と規則正しい生活を心がけ、心と身体の健康を守りましょう。

毎朝の体調をチェックしましょう



★肌の状態は？★
いつもない発疹があれば、
検温して、熱があれば受診を

★便や尿のようすは？★
毎朝、排尿便の確認を。
トイレ時つらい表情はないか？など…

★子どもの言葉は？★
「気持ち悪い」「疲れた」「眠い」「寒い」「暑い」

★体は動きは？★
いつもと比べて、足取りが重い、だるそうなど

★表情はかわらない？★
顔色は赤いか？
青白いか？

★機嫌は良いか？★
いつもと元気はかわらないか？

★咳や鼻汁は？★
熱は？顔のほてりな

朝の体調は1日の行動を左右します。このようなポイントで【いつもとちがう・・・？】ことはないか体調をチェックしてみてください。少しずつ規則正しいリズムに近づけるよう努力しましょう。

- ★ 新生活で、緊張と不安で機嫌が悪かったり、食欲がすまなかったり、眠れなかったりと生活リズムが崩れやすい時期ですね。ご家庭では、できるだけゆったりとした気分で過ごせるよう、スキンシップを大切にしながら日中の疲れをとるようにしましょう。
- ★ 病気やケガで保育園を休まなくてはならないが、どうしても家庭で見ることが出来ない場合など城西病院病児保育室の案内をさせていただきます。詳しくは職員にお尋ねください。

年間保健行事

健康診断は、身体の様子を知り、毎日の生活で気づきにくい病気にかかっていないか、知る為に行うものです。診断結果を子どもたちの健やかな成長につなげていけるようにしましょう。

目的	検査項目	ポイント
バランスよく成長しているか？	身体測定 (毎月 1回)	・身長と体重のつりあいをとれているか？ ・どの位成長しているか
歯の手入れができ、 歯やあごが成長しているか？	歯科検診 5月・10月 歯みがき指導 6月(4才以上)	・虫歯や虫歯になりそうな歯はないか？ ・歯やあごの骨は順調に成長しているか？ ・歯並びに異常はないか？歯肉は健康か？ ・毎日4歳以上児の希望者はフッ化物の洗口を給食後に行っています。
毎日の生活の中では気づきにくい病気になっていないか？	内科検診 5月・10月 尿検査検査 5月・11月	・心臓や肺などの症状があらわれにくい病気になっていないか？

☆都合により変更になる事もあります。

保育園における薬投与と治療証明について

園児に対する薬の投与ミスをなくすため(投与連絡表)を提出していただきます。
* 投与する薬は医師が処方し調整したものの、または医師の処方により薬局にて調剤したものに限りです。
* 慢性疾患の日常における投薬は連絡表一枚で結構です。
* 連絡ノトへひと言記入してください。
例・○○日 薬が入ってます。
* 薬1回分持参
粉薬は袋に名前と日付を記入し、液体は、ボトルにも名前を記入し連絡ノトに挟んでください。
* 投与連絡表はまとめて記入OKです。
* 治療証明書(当園届)保護者記入
医師の診断を受け、保護者が記入する届が必要な感染症

麻疹・インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症
風疹・水ぼうそう・おたふくかぜ・結核・咽頭結膜熱(プール熱)・流行性結膜炎・百日咳
腸管出血性大腸菌感染症(O157・O26・O111など)・急性出血性結膜炎・髄膜炎菌性髄膜炎・溶連菌感染症・マイコプラズマ感染症
手足口病・伝染性紅斑(りんご病)・ウイルス性胃腸炎(ノロ・ロタ・アデノウイルス等)・ヘルパンギーナ・RSウイルス・帯状疱疹・突発性発疹
* その他保育園医師が必要とした感染症
上記の感染症については、かかりつけ医師の診断に従い当園届の提出をお願いします。登園の際に提出ください

☆用紙はどちらにも玄関に置いてあります。

健康診断のお知らせ

- 5月8日(水) 内科検診 午後1:00~
つぼみ・もも・ばら・たんぽぽ
- 5月15日(水) 内科検診 午後1:00~
ゆり・すみれ・さくら・うめ・未受診者
- 5月17日(金) 歯科健診 午前中 全園児
- 6月5日(水) 尿検査
- 7月3日(水) 尿検査未提出者
なるべく欠席のないようにお願いします。

♪園医について♪

内科…えばた内科クリニック(嘱託医)
歯科口腔科…保坂クリニック(嘱託歯科医)
けがなどその他…結城病院・城西病院

- +++ 37.5℃以上の発熱または体調が悪くなった時は、連絡させていただきます。緊急連絡先はすぐに連絡がつくようにしてください。
- +++ 衛生検査は毎週月曜日に爪はきれいか？ティッシュ、ハンカチは持っているか？などをチェックします。(3歳以上児)ハンカチは手洗い時に使いますのでポケットに入れておきましょう。爪が伸びているとばい菌が入りやすかったりやわらかい肌をキズつける危険性もあるのでこまめに短く切りましょう。
- +++ 未満児は爪の検査を行います。

+++ お家の人大好きな子どもたち…でも保育園ではお友だちや保育者と楽しく過ごします。だけどやっぱりママと一緒に部屋に行きたい。一緒にいたい…そんな時もあります。忙しい毎日。でも、ほんのちょっとお子さんの思いを受け止めてあげてください。大きくなるとしたくてもできなくなる☆☆思いきりできる今を大切にしてください。

