



ほけんだより 4月号



2024年4月1日
こぐま保育園
ほけん

ご入園・ご進級おめでとうございます。新しいお友達が増え、新年度が始まりました。保健は、子どもたちが健やかに元気いっぱい園生活を過ごすことができますよう携わってまいります。この時期は、新たな環境に不安や緊張で疲れやすくなり体調を崩しがちです。ご心配なことがございましたら、各おうちの職員や保健にどうぞお伝えください。

登園前の健康チェックポイント

朝、登園前のお子さんの機嫌はどうか、体調不良のサインは出ていないかをチェックしてください。目や鼻、耳、口、皮膚など、体の中と外をつなぐ部分は異変を見つけやすいのでみていただき、当てはまることがあるときは、受け入れ職員にお知らせください。

今日、少し
鼻づまりがあります。



目

- 目やにが増えた
- 目が赤い
- 涙目になっている

耳

- 耳を触る（気にするそぶりがある）
- 耳だれが出る

皮膚

- ポツポツができています
- 水ぶくれやうんだ場所がある
- 赤くはれている

ポツポツに気づいたら、時間とともに数が増えたかどうかも見てください。



鼻

- 鼻水・鼻づまりがある
- くしゃみが出る

おしっこ・うんち

- 回数や状態（色やかたさなど）、におい（すっぱいにおいは消化ができていない）がいつもとちがう

! いつもとちがう……と思ったら、お知らせください

目に見える症状がなくても、「いつもよりも機嫌が悪い」「なんとなく元気がない」など、気づいたことがあったら、朝、登園時に職員にお伝えください。

お子さんの平熱 ご存じですか？

毎日の検温を習慣にしましょう！（同じ時間帯で）

一般的に子どもの**発熱の目安は37.5度**ですが、個人差があります。特に0歳児は環境の影響を受けやすいものです。



●タイミングを決める

体温は1日の中でも変動します。「朝起きて顔を洗ったら測る」「朝食後に測る」など、検温のタイミングを決めましょう。

~ 4月 身体測定 ~

- 17日（水） にじ・うみ
- 18日（木） そら・やま
- 19日（金） かぜ・もり

~ 健康診断 ~

22日（月） にじ・やま・そら

~3月の感染症 ~

- インフルエンザ 5名
- 感染性胃腸炎 3名
- 溶結性連鎖球菌 2名
- マイコプラズマ 1名

※内科健診にて園医に質問がある方は事前に各おうち職員へお申し出ください。

