

4月 4月ほけんだより

ニチキッズ
まつなわ西保育園

新しいお友だちが増え、新年度が始まりました。年度初めは、緊張から子どもたちも疲れやすくなっています。ご家庭ではゆっくり休養できるよう、ご配慮をお願いいたします。今年度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ので、よろしくお願い致します。



生活リズムを整えよう！

入園、進級で環境が変わった4月は生活リズムを改善するよい機会です。正しい生活リズムを身につけて健康な体をつくりましょう。

早寝早起きをしよう

睡眠は、脳や体の発育も促す大切な時間です。夜は9時頃までに眠り、朝は7時頃までに起きられるように習慣付けましょう。



ご飯はしっかり食べよう

朝ご飯を食べると体が目覚め、その日1日を元気に過ごせます。朝ご飯はよくかんで、しっかり食べるように促しましょう。

うんちは出たかな？

朝ご飯を食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。朝ご飯の後はトイレに座る時間をつくりましょう。



発熱時の登園について

感染症法では、37.5度以上を発熱と定義しています。

乳幼児は高熱となりやすく体調変化も起こしやすいことから、発熱の目安を37.5度とし対応してまいります。

1. 登園前の体温測定において37.5度以上の発熱がある場合は登園をお控えください。
2. 登園後に38度以上の熱がある場合は至急お越しいただき医師の診断後ご自宅にてご静養をお願いします。
3. 嘔吐・下痢・病的な咳などの症状がある場合は原則としてお預かりできません。



お薬をお預かりする際の注意事項

お子さまをお預かりする時間内に、やむを得ず与薬が必要となる場合に限り、保護者の責任のもと、医師の指示に従ってお子様の与薬を行うことと致します。お薬を持参される場合は下記要項を必ず守ってください。

●「**与薬依頼票**」の必要事項を記入し、**薬の説明書**または**そのコピー**を添付のうえ、ご提出ください。
(与薬依頼票の必要事項が記入されていない場合、与薬致しかねます。)

●**医師の処方以外の薬はお預かりできません。**
(解熱剤や市販薬はお預かりできません。)

●登園時に**必ず職員に手渡し**してください。

●感染症で欠席の場合は登園届(医師記入・保護者記入のいずれか)が必要となります。



知っておこう！子どもの健康管理

子どもの健康管理の基本は、「いつもと違う状態」に気づくこと。そのため、「いつもの状態」を把握しておくことが大切です。常に子どもの様子に気を配り、何か変化や異常が見られたとき、適切な対応ができるようにしていきましょう。

お子さんの様子で少しでも気になることがある場合は、登園時にお伝えてください。次のような観点で、具体的に伝えていただくと、園での対応の参考になります。

□どこが気になるのか

いつもの状態がどうで、それと今はどう違うか／お子さんが言ったことば／朝の家庭での様子など



□家庭での対応

〇時に検温したら〇℃だった／少し強くかかってしまったなど



□園での過ごしかたについて

外あそびは控えてほしい、などの要望がある場合は、お伝えください。



□当日の連絡先

何か変化があったとき、すぐに連絡がつくようにしてください。ご登録の緊急連絡先と違う場合は、必ず教えてください。

