

ほけんだより 4月

令和2年 めかみね保育園

ご入園、進級おめでとうございます。新しいお友だちを迎え、園はとてにぎやかになりました。環境が変わり、しばらくは緊張で疲れてしまうことが多いかもしれませんが、ご家庭でも生活リズムを整えて、子どもたちが元気に過ごせますように手助けをお願いします。

お願い...

保育園は長時間密接に関わりあう集団生活の場で、おおくの病気がはやります。病気が回復していない状態で登園することで、他の子どもさんへ感染症を広げてしまうこともあります。

- ①子どもの健康を守るためにも、必要な予防接種は適切な時期に受けましょう
- ②子どもが感染症にかかったときは、早めに医療機関を受診し、診断結果を園にご連絡ください
- ③家族の感染症についても園にお知らせください
- ④感染症が治って登園するときのめやすは

- ☛ 感染力が少なくなり、他の子へうつす恐れが少なくなっている
- ☛ 子ども自身の体力が回復し、保育園での生活を楽しく参加できる



いつもと違うこんな時は子どもからのサインです！

- ・ 親から離れず機嫌が悪い（ぐずる）
- ・ 睡眠中に泣いて目が覚める
- ・ 元気がなく顔色が悪い
- ・ きっかけがないのに吐いた
- ・ 便がゆるい
- ・ いつもより食欲がない
- ・ 目やにがある。目が赤い

- 24時間以内に
- ・ 38℃以上の発熱があったとき
 - ・ 2回以上の下痢があったとき
 - ・ 2回以上の嘔吐(おうと)があったときは登園を控え、

十分休養されますようお願いいたします。



こんな場合はご連絡します

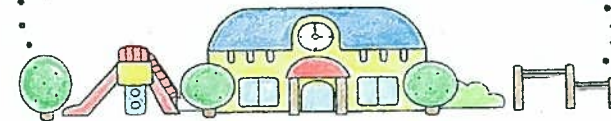
- 発熱、下痢や嘔吐がひどいとき
- 伝染性の病気が疑われるとき
- けがをして受診するとき
- 子どもの様子がいつもと違い心配なとき
- その他の確認の必要なとき
- ※連絡先がいつもと違う日は、必ずおしらせください。



薬について

原則としてお預かりできません。やむを得ず持参する場合は（病後の回復期など）主治医処方薬に限り、その際は「お薬依頼書」に記入し、1回分ずつ持参してください。薬には必ず日付と名前の記入をお願いします。

- ※ 昨年度、内服薬の依頼が非常に多く、日常の保育業務の中で安全に取り扱うことが困難になってきました。そこで、お迎えの時間が早い方は昼食後の薬を帰宅後すぐ、夕食後の薬を寝る前に与薬して頂きますようご協力をお願いします。



嘔吐・下痢について ご理解とご協力をお願いします！

嘔吐物や排泄物からうつる園内での二次感染及び、拡大を防ぐため嘔吐物や排泄物が付着した物は、ご家庭での消毒・洗濯をお願いします。嘔吐物が付着した衣類は、85℃で1分以上の熱湯消毒を行い、他の物と分けて、最後に洗濯して下さい。また、塩素系消毒剤による消毒方法もあります。下痢・嘔吐物を処理した後、48時間は、感染の有無に注意して下さい。※嘔吐物や排泄物が付着した衣服は、ビニール袋を二重にしてお返しします。

内科健診のお知らせ

4月21日(火)

つぼみ、ゆり、もも・・・11時～
たんぽぽ、すみれ、さくら・・・13時～

*当日欠席された場合は、後日保護者の方が前田小児科で健診を受けさせて下さい。健診の結果は、園まで報告をお願いします。

生活リズムを整えましょう！

新年度、環境の変化などにより体調を崩しやすい時期です。元気に過ごすためにも、規則正しい生活リズムを心がけましょう。

★早寝早起きを心がけましょう★

夜は9時頃までには寝るようにし、朝は7時に起きるように頑張ります。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。



★朝ごはんをきちんと食べましょう★

朝食を食べることで、体が目覚め、その日の体のリズムが始まります。よく噛んで、しっかり食べましょう。

★朝、家で排便をしてきましょう★

朝ごはんを食べると、腸の動きが活発になり、便が出やすくなります。朝はどうしてもあわただしくなりがちですが、十分なトイレタイムをとれるよう、家族全員で朝の生活を見直しましょう。

