

4月のほけんだより

R3
つくし保育園

春の訪れとともに新年度を迎えました。今年も、保健に関する情報は「ほけんだより」を通してお知らせしていきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

病気になったときは

◎ご家庭で病気になったときは、なるべく、9時までには、園に連絡してください。
(子どもの状態・病名・症状など)

◎保育中に連絡させていただく場合

・熱がある。

(個々の体温で判断)

・下痢・嘔吐などの胃腸症状。

・その他の感染症の疑いがある。

至急お迎えをお願いすることもあるかと思っておりますので、いつもと連絡先が違うときは、必ずお知らせください。

毎朝の元気チェック

小さな子どもたちは、身体の異常を自分で伝えることが出来ません。朝、子どもたちが起きたら抱っこをしたり、着替えをしたりしながら、体調や機嫌のチェックをしましょう。熱や嘔吐・下痢・湿疹・発疹はないですか？

鼻水やせきは出ていませんか？ 顔色・機嫌は？

食欲はありますか？ 小さな子ほど症状が悪化しやすいものです。毎朝触れ合いながら「見て」

「触って」確認をお願いします。

休むほどではないけれど、どこか調子が悪いときは、必ず職員に

お知らせください。

園でも様子をみていきたいと思っております。

春先のかぜ

まだ朝夕は気温が低く、日中との気温差が大きいため、かぜをひいてしまう子どもが多くなっています。環境の変化で緊張が続く、心身ともに疲れがたまっているのかもしれない。初めて集団生活に入ったお子さんは特に、おうちでゆったりと過ごしてくださいね。また、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、引き続き徹底して注意していきましょう。

かぜかな？と思ったら

- 体を温かく保つ
- 栄養のある物を食べる
- 十分な睡眠と休養をとる
- 水分補給を心がける

熱がなくても、せきや鼻水が出るときは体調が不安定です。安静にして過ごしましょう。

身体測定

毎月15日前後に

全園児対象です。当日は次のことに気をつけてください。

- 着脱しやすい服装で来てください。また、服には記名も忘れずに。
- 髪の毛を結んでいる場合は、頭の上でなく、横でむすぶようにしてください。