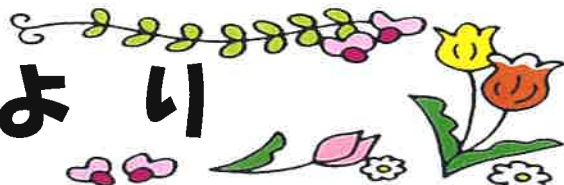




ほけんだより



R5年度4月 みほのさとこども園

ご入園・ご進級おめでとうございます。暖かい日が増えて過ごしやすくなりますが、新しい環境は子どもたちには意外と負担になるものです。園でも、子どもたちの様子を見守っていきたいと思います。今年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。



毎朝の体調チェック！



園では毎朝、登園してきた子どもたちの健康観察を行っています。
ご家庭でも、登園前など、次のようなポイントで、
体調チェックを行っててください。

★きげんは？★

いつもより元気がない、「おはよう」のあいさつもうつむきがちななど、いつもと違うようすが見られたら、要注意。体調が悪いためか、心理的なものなのか、原因を探りましょう。

★肌の状態は？★

いつもない発しんが見られたら、検温し、熱があれば病院へ。また、そのときはやっている感染症があれば、特に注意して症状を確認しましょう。

★顔色・表情は？

顔が赤い、青白いといった場合は、発熱していたり、体調を崩していたりすることが多いので、検温してみましょう。

★便や尿のようすは？★

毎朝、排便便の確認をしましょう。また、トイレに行く前につらそうな表情をしたり、何度も行く、時間がかかる、という場合は、いっしょにトイレに行き、状態を確認しましょう。

★熱、せきは？★

顔がほてっている、手が熱いという場合は検温を。せきだけで、熱がなく元気なときは、しばらくようすを見ます。

★体の動きは？★

いつもと比べて、足取りが重い、だるそう、というときは、子どもにどこかぐあいが悪いのか、聞いてみましょう。ことばで訴えることのできない子どもの場合は、検温などひととおり体調をチェックしたうえで、その日1日注意して見守るようにします。

★子どものことばは？★

「気持ち悪い」「疲れた」「眠い」「寒い」「暑い」といったことばが聞かれたら、熱を測り、ようすを観察します。少したってから熱が上がることもあるので、しばらく激しい動きを控えたほうがよいでしょう。

お子さまの平熱
ご存じですか？

一般的に子どもの発熱の目安は **37.5 度** です。特に0歳児は環境の影響を受けやすいものです。また、体温は1日の中でも変動します。タイミングをきめて毎日の検温を習慣づけましょう。園生活は集団生活ですので37.5 度を超えますとご連絡させていただきます。5 月に 5 類に変更になりましたら 38.0 度以上でのご連絡となります。