



ほけんだより 4月号

平成29年4月1日
認定こども園さめ保育園
養護助教諭：田中かず子

ご入園、ご進級おめでとうございます。温かい春の日差しに迎えられ、新しい保育園生活が始まりました。子どもたちが、健やかに元気いっぱい過ごせますよう、「ほけんだより」を毎月発行いたします。どうぞよろしくお願いたします。



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付け、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。



朝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。



保育園集団生活において予防すべき感染症

保育園集団生活をしていると感染症にかかりやすくなります。感染した場合には、お医者さんの説明を聞き、感染症の流行を防ぎましょう。

第1種

病名	症状	出席停止期間
インフルエンザ	急な発熱、頭痛、筋肉痛、喉の痛み、体のだるさ、咳	発症した後、5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過するまで
百日咳	2週間以上続く咳、長く咳き込んだ後、ヒューと笛声を発する	特有の咳が消失するまで、または5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
はしか	発熱、咳、鼻水、目の充血、口の中の白い水ぼう、発疹	解熱した後3日を経過するまで
おたふくかぜ	発熱、頭痛、体のだるさ、耳の下の腫れ	耳の下の腫れが出てから5日を経過し、全身状態がよくなるまで
風疹	バラ紅色の発疹、リンパの腫れ	発疹が消えるまで
水ぼうそう	発熱、紅斑、水ぼう、かさぶた	すべての発疹がかさぶたになるまで
プール熱	発熱、喉の痛み、結膜炎	症状が消えた後2日を経過するまで
結核	2週間以上続く咳、たん、微熱、体のだるさ	医師の診察において感染の恐れがないと認めるまで
手足口病	発熱、手の平や甲、口の中に赤い発疹や水疱	全身状態が安定していれば登園可
溶連菌感染症	発熱、喉の痛み、舌の発疹、身体の発疹	適切な抗菌薬による治療開始後24時間以降
ヘルパンギーナ	高熱、喉の痛み、喉の赤み、水疱	全身状態が安定していれば登園可
マイコプラズマ肺炎	発熱、長引く咳、たん	症状が安定したら登園可

健康診断のお知らせ

●春季健康診断

4月5日(木) 12:30~

顔色、耳鼻咽喉、心音、呼吸音などを調べます。

■園医：小西耳鼻咽喉科医院
小西和朗先生

注意事項

*当日は、お休みしないように
しましょう。



園で預かる薬について

基本的に園で薬の与薬は行っていません。やむを得ず薬を持参される場合は、スタッフにご相談の上、下記の要項を必ず守ってください。

- 医師処方薬のみお預かりできます。
- 1回分のみ持参してください。
- 薬に名前を明記し、「お薬連絡票」に記入捺印してください。
- 登園時にスタッフに必ず手渡ししてください。(手渡しでない場合で確認がとれない時は、与薬はいたしません)

