

# ほけんだより

令和6年4月1日  
上滝こども園

春の訪れとともに新年度を迎えました。ご入園・ご進級おめでとうございます。  
新しい環境に、ドキドキしたり、ワクワクしたり、心も体も疲れやすい季節です。子どもたちが元気に過ごせるように、体調や様子を見守っていきたいと思います。ご家庭でも、お子さんの体調の観察をお願いします。

## 登園前の健康チェックポイント

### ひよこ・ももぐみのおともだち

**目**

- 目やにが増えた
- 目が赤い
- 涙目になっている

**耳**

- 耳を触る（気にするそぶりがある）
- 耳だれが出る

**鼻**

- 鼻水・鼻づまりがある
- くしゃみが出る

**皮膚**

- ポツポツができています
- 水ぶくれやうんだ場所がある
- 赤くはれている

**おしっこ・うんち**

- 回数や状態（色やかたさなど）、におい（すっぱいにおいは消化ができていない）がいつもとちがう

ポツポツに気づいたら、時間とともに数が増えたかどうかも見ておきましょう。

### ほし・つき・ひかりぐみのおともだち

## 病気のサインはないですか？

**目** 目やにや涙が出る、充血している など

**鼻** 鼻水、鼻づまり、口呼吸 など

**皮膚** ポツポツが出ている、はれている など

**うんち** 回数や性状、においがいつもとちがう など

- お熱はありませんか
- 顔色はよいですか
- 食欲はありますか
- 機嫌はよいですか
- 「疲れた」「痛い」などの訴えはありませんか

- ・些細なことでも、いつもとちがうと思ったら **登園時に必ず職員に直接お伝えください。**
- ・登園より前（休日や園からの帰宅後、登園日の朝等）に **嘔吐や下痢があった場合は、必ずお声掛け下さい。** ※園内での **集団感染の予防** にご協力お願い致します。
- ・重要事項にも記載している、お迎え・登園再開の目安の表です。各症状がみられた際は、早めの受診をお願い致します。

症状	お迎えをお願いする目安	病欠後お預かりできる(登園再開)目安
咳・鼻水	症状がひどく食事や午睡が困難である。 【症状や子どもの機嫌により、発熱の有無に関係なくご連絡する場合があります。】	普段通り食事や水分が摂れる。 【少しでも症状が残っている場合は <b>マスクの着用</b> をお願いします(2歳児以上)】
発熱	<b>37.5℃以上</b> の発熱がある。	<b>解熱剤を使用せずに解熱後 24 時間が経過</b> している。また、 <b>呼吸器症状が安定</b> している。
下痢	<b>泥状便又は水様便が 2 回</b> 出ている。 【便の状態と子どもの機嫌・全身状態により、 <b>回数に関係なく</b> ご連絡する場合があります。】	家庭で普通便を確認した。 食事や水分を摂っても、一度も下痢をしていない。(普段通り食事や水分が摂れる)
嘔吐	嘔吐している。	食事や水分を摂っても、一度も嘔吐や下痢をしていない。(普段通り食事や水分が摂れる)
目の充血(めやに)	目の充血・めやに・目のかゆみがある。 【早めに病院を受診して頂きたいので、ご連絡(ご相談)する場合があります。】	病院を受診し、 <b>感染性でない</b> と医師の診断を受けている。(流行性角結膜炎の場合は別資料参照)