

ほけんだより 4月



令和6年度 いやなが保育園



ご家庭と保育園が協力して伝え合い、お子さまのコンディションをみていきましょう。元気と病気、どちらもだいじな経験です。



ご入園・ご進級おめでとうございます



慣れ保育からスタートした新入園の子どもたち全員、笑顔で遊べるようになりました。進級した
在園児はお友だちに対して優しい・楽しいやり取りが増えてきましたよ。

いやなが保育園に通うことで、お子さまが安心して「たのしい・うれしい・ワクワクする」経験を
たくさん積み重ね、自分らしく成長していけるよう誠実な保育と笑顔でご家庭を応援します。

毎日の健康と発育発達などは職員とともに園の助産師もサポートしています。分からないことや
気になることなどありましたら、いつでもお気軽にお声掛けください。

登園前に健康チェックをしましょう

園では毎朝、登園してきたお子さまの健康観察を行っています。ご家庭でも毎朝、登園前に
次ページのようなポイントで健康チェックを行ってみてください。気になることがあれば受け
入れ時に職員にお伝えください。

※重要事項説明書の7ページ『2. 症状の度合いによる
ご連絡の判断目安』が【登園可否・早めのお迎え依頼】
を検討する際の基準となりますのでご参照ください。

調子の優れない日は…

0・1・2歳児をお預かりする当園では、大きな
一軒家に暮らす大家族のように、職員や子ども
が親密に触れあう環境で保育しています。

保育園は健康なお子さまの集団生活の場ですの
で、10人以上の子どもたちが遊ぶ活気で盛り
上がり、ご家庭で“少し”と感じた鼻水や咳など
の症状が悪化してしまうことも珍しくありませ
ん。体調が優れないときは無理をせずに、ご家
庭でゆっくり過ごすことも大切です。早めに休
養することで、病院や薬に頼らなくても自然に
治すからだの働きが育まれていきます。

お楽しみの後は1日ゆっくり

4～5月は新しい生活リズムをつくる時期で
す。お子さまに合わせたゆっくりペースでリ
ズム感のある暮らしを心がけましょう。
健康は毎日の小さな習慣の積み重ねで決まり
ます。睡眠、運動（遊び）、食事、この3要素
は特に影響が大きく、体調や体質を作ってい
ます。



連休や病気などでお休みが続いたときは、登
園前日に生活リズムを平日のペース（保育園
での過ごし方）に整えて準備するとスムーズ
です。お子さまに「明日は保育園に行く日だ
よ」と伝えて置くこともポイントです。楽し
いイベントやお出かけの後にも、ゆっくり過
ごす1日を大切にすると体調を崩さず日常生
活に戻れます。



登園前の健康チェックポイント

毎朝、お子さんが元気か、体調不良のサインは出ていないかをチェックしましょう。目や鼻、耳、口、皮膚など、体の中と外をつなぐ部分は異変を見つけやすいので、しっかりチェック。当てはまることがあるときは、必ず受診し、**感染性のものではないことを確認してからの登園をお願いいたします。**

今日、少し
鼻づまりがあります。



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

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

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ください。



鼻

- 鼻水・鼻づまりがある
- くしゃみが出る

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

いつもとちがう……と思ったら、
お知らせください

目に見える症状がなくても、「いつもよりも機嫌が悪い」「なんとなく元気がない」など、気づいたことがあったら、朝、登園時に職員にお伝えください。

お子さんの平熱 ご存じですか？

毎日の検温を習慣にしましょう！（同じ時間帯で）

一般的に子どもの発熱の目安は**37.5度**ですが、個人差があります。特に0歳児は環境の影響を受けやすいものです。



●タイミングを決める

体温は1日の中でも変動します。「朝起きて顔を洗ったら測る」「朝食後に測る」など、検温のタイミングを決めましょう。

“いつもとちがう”を早めに発見！ 朝、起きたら体温をはかりましょう

朝の体温測定と健康チェックを習慣にすれば、“いつもとちがう”を瞬時に気付けるようになります。乳幼児はからだの免疫がまだ十分についていませんので、保育園でたくさんのお友だちとかかわりあうなかで感染症にかかる場合もあります。登園できない時、ご自身のスケジュールや、代替りの預け先を調整するのは簡単ではありませんが、早めの対処がストレスを軽減し、早期回復につながります。