



令和7年 4月のほけんだより

北町保育園

入園、進級おめでとうございます。新しい環境の中で緊張や不安もあり体調を崩しやすい時期ですが、元気に過ごせるよう保健活動を進めてまいります。よろしくお願いします。

～年間保健行事予定～

内科健診 月1回
 長谷川小児科 長谷川慶先生

眼科検診 5月29日(木) 9時半から
 ひぐち眼科 樋口先生

耳鼻科検診 6月3日(火) 9時から
 むさしの耳鼻科 矢野先生

歯科検診 7月3日(木) 9時半から
 11月13日(木) //

吉祥寺ファミリー歯科 櫻井先生

※幼児組は、視力検査を10月から2月頃にかけて行う予定です。

※4月は9日(水)に内科健診があります。

★保育園をお休みした方がよい目安

こども家庭庁

「保育所における感染症対策ガイドライン」より

【発熱の時】

→(解熱剤の使用なく)解熱後 24 時間経過してから登園

【下痢の時】

●24 時間以内に 2 回以上の水のような、形の**ない便**がある。

●**食事や水分をとると下痢**がある。

【おう吐の時】

●24 時間以内に 2 回以上吐いた。

●(1 回でも)吐いていて

- ・いつもより体温が高め。
- ・機嫌が悪く、元気がない。
- ・顔色が悪く、ぐったりしている。

※おう吐・下痢が続く時は 受診して診断名をご確認いただき、通常の食事が摂れて、通常の便が出るようになってから登園して下さい。



生活リズムを整えましょう

新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。健康に過ごす為にぜひ実践してみてください。



① 早起き早寝を意識して

眠りは疲れを癒し、成長ホルモンを分泌させ、脳や体の発育を促します。早起き早寝を心がけましょう。



② 朝ごはんを食べましょう

朝ごはんを食べないと、ぼーっとして元気がわいてきません。元気の素の朝ごはんは必ず食べましょう。



③ うんちは滑みましたか？

朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出します。朝ごはんの後は、トイレに座る習慣をつけましょう。



★爪が長いと、お友だちや自身の肌を思わず傷つけてしまうことがあります。

→週1回は爪を切り、爪の端もやすいで丸くなるよう磨いてください。

宜しくをお願いします。

※裏面もご覧下さい。

安全な衣類のお願い

お子さんの洋服が原因で思わぬ事故につながってしまうことがあります。安全な園生活を送る上で以下の衣類は避けてくださるよう、ご協力をお願いします。

★スパンコール、ビーズ、ボタン等の飾りがついた服

→取れてしまうと口に入れて誤飲の危険有

友人と触れた時に怪我をさせてしまう事があります

★チュニックタイプのTシャツ、スカート、スカート付きのスボン(スカッツ)

→裾が遊具等に挟まったり引っ掛かり、転倒・転落の危険有

★フード

→遊具等に引っ掛かり、首が締まる危険有

友人に後ろから引っ張られ転倒する可能性有

★フリル、リボン、ひものついた服

→遊具等に挟まったり引っ掛かり、転倒・転落の危険有

ウエストの紐などは抜いて下さい

×



チュニックタイプ

×



スカッツ

《髪をまとめるゴム》

床に落ちてしまうと誤飲の危険があったり、転倒時に頭部の怪我につながる事がある為、飾りや金属のついてない物、シリコンゴムではないシンプルな髪ゴムをお使い下さい。

《ホクナリンテープについて》

気管支拡張剤のホクナリンテープが処方され園に貼って来られる時は、剥がれてしまうと小さいお子さんが口にしてしまう可能性がありますので、以下の点にご協力下さい。

- ホクナリンテープを貼っている事とその場所を、登園時必ず職員にお伝え下さい。
- テープに記名をして下さい。
- お子さんが剥がさないよう、手の届かない位置に貼って下さい。
- 万一剥がれてしまわないよう、ホクナリンテープの上からテープ等を貼って下さい。