

ほけんだより

令和8年度



ご入園、ご進級おめでとうございます



入園・進級の「ウキウキ」「ワクワク」と同時にちょっぴりの不安。誰でも環境の変化への緊張感はあり、感じ方は人それぞれ。安定した生活を送れるようになるには時間がかかる子もいます。おうちに帰ったらのんびり過ごし、夜は一緒にお風呂に入って早めの就寝。元気の源は「よく眠り、よく食べること」です。いつもとちがう様子が見られるときは、登園時にお知らせください。

毎朝の体調チェック

園で元気に過ごせるよう、朝の体調チェックにご協力いただくと助かります。



- ・機嫌はどうか
- ・肌に湿疹などないですか
- ・顔色や表情はどうか
- ・咳や熱はないですか
- ・食欲はありますか
- ・動きはどうか
- ・便や尿の回数や様子は？



このほかに、なんとなく機嫌が悪かったり、ふだん言わないような不調を訴えていたら教えてください。また、園での過ごし方についてや、当日必ずつながる連絡先など具体的に教えていただくと園での対応の参考になります。



《お薬について》

風邪薬や風邪が原因の症状に対するお薬は、ご遠慮いただいています。とんぷくなどの解熱剤、痛み止め、保護者の判断で用意した薬もご遠慮ください。

アレルギーなどの慢性疾患は、医師に処方されてどうしても服用が必要な薬のみお預かりしますが、万全を期すために別紙注意事項を守り、お薬連絡表に必要事項を記入し、薬に添付して登園時に手渡ししていただきます。塗り薬、点眼薬も同様です。ご理解、ご協力よろしくお願いします。



おねがい

ゴールデンウィークやお盆、年末年始など、長期お休み期間などにお出かけの際の、お土産を子ども達にいただくことがあります。アレルギーなどにより食べられない子どももおりますので、遠慮させていただきます。お気持ちだけいただきますので、どうぞご理解のほどよろしくおねがいいたします。



子どもの発熱の特徴

★一般的に朝や午前中にいったん下がり、夕方から夜にかけて再び上がる傾向にあるようです。24時間以上平熱が続いて初めて、熱が下がったと言えます。

※解熱してから、24時間平熱が続いてから登園していただきますよう、ご協力をお願いします。

★発熱は体の中で菌やウイルスと戦っているため、体温が上昇する時がしんどいです。解熱剤を使って下がっても、病気が治っていなければ再び上昇することが多いです。

発熱で早退した翌日は、熱が下がっていても、お家でゆっくりされる方が、その後体調をくずしにくいです。病院を受診した当日も、大人が思っているより疲れていることが多いので、お家でゆっくりされるとよいです。



●インフルエンザやコロナなどが流行っている時に発熱した際、検査は、発熱してから24時間たってからお願いします。それより早いタイミングだと、正確な結果が出ないことがあります。