

ほけんだより4月号

ご入所、ご入園、ご進級おめでとうございます。

この時期は、生活リズムが変化し、体調を崩しやすいので、日頃の体調管理が大切です。ご家庭との連携を大切に、お子さんの健やかな発達と成長を見守っていきたいと思います。

基本的な生活習慣を身につけましょう！

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つけ、健康な体をつくりましょう。

早寝・早起きをしましょう！

眠りは日中の疲れをとり成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。
夜は早めに布団に入り、体を休めましょう。
朝は決まった時間に起きられるように習慣づけましょう。



朝食はしっかり食べましょう！

朝食を食べると、体が目覚め、その日1日を元気に過ごせます。
ごはんは、よくかんで、しっかり食べましょう。



うんちはすんだかな？

朝食を食べると、腸の動きが活発になり、うんちが出やすくなります。
朝はどうしてもあわただしくなりがちですが、うんちを出すために、余裕をもってトイレに座る時間を作りましょう。



手洗い・うがいをしましょう！

風邪や下痢などの感染予防の第1歩はていねいな「手洗い」と「うがい」です。
新型コロナウイルス感染症の対応も同様です。外遊びの後、トイレの後、食事やおやつの前はしっかり手を洗いましょう。
タオルは、清潔な乾いたものを使いましょう。



* 感染症情報 * (過去3年4月に富山市内保育施設で多く発症した感染症)

令和3年度	①RSウイルス感染症	②感染症胃腸炎	③溶連菌感染症
令和4年度	①感染性胃腸炎	②RSウイルス感染症	③溶連菌感染症
令和5年度	①感染性胃腸炎	②RSウイルス感染症	③インフルエンザ

健康で楽しい保育所(園)、こども園生活を送るために！

1 登所・登園前にお子さんの健康状態(体温・機嫌・顔色・食欲・排泄など)をチェックしましょう。

★参考く別紙1>「子どもの症状を見るポイント」<別紙2>「子どもの感染症について～症状に合わせた対応～」体調が気になるときや、心配なことがある場合は、かかりつけ医に相談しましょう。

2 感染症にかかった場合について

感染症にかかった子どもの登所、登園に際しては、次の2点が必要です。

- ① 子どもの健康(全身)状態が集団生活に適應できる状態に回復していること
- ② 保育所等での感染症の集団発生や流行につながらないこと

★参考く別紙3>「保育所等で流行しやすい感染症及び登所(園)のめやすについて」感染症の種類によっては、医師が記入した「意見書」、保護者が記入した「インフルエンザ治癒報告書」、「新型コロナウイルス感染症治癒報告書」の提出が必要な場合があります。



3 くすりの取り扱いについて

くすりを持参しないことが原則ですが、医師の指示により、お子さんが回復期であっても、保育時間中にくすりを飲まない、再び症状が悪化する恐れがある場合に限り、保護者に代わって与薬を行います。

- ・医療機関を受診し、くすりが処方される場合は、かかりつけ医に通所(園)していることをお伝えください。
- ・「くすり連絡票」を記入し、「薬剤情報提供書」を添えて、子どもの姓名を記入し、1回分のくすりのみ、直接職員に手渡してください。

★「意見書」、「インフルエンザ治癒報告書」、「新型コロナウイルス感染症治癒報告書」、「くすり連絡票」などは、『育さぼとやま』から、ダウンロードできます。

『育さぼとやま』→ 目的別でさがす → 保育所・認定こども園・幼稚園 → 保育所等を利用中の方へ(在園児向け情報) → 3 保健・衛生に関する「意見書」「インフルエンザ治癒報告書」「新型コロナウイルス感染症治癒報告書」「くすり連絡票」等