



ほけんだより

2025年 4月 りすのき保育園 No.1

ご入園、ご進級おめでとうございます。健康に注意して、新しい環境に少しずつ慣れるよう気をつけて過ごしたいと思います。今年度も、どうぞよろしく願いいたします。

今月の予定

身体測定	16日(水)	全園児
新入園児・0歳児健診	22日(火)	ホール・くるみの部屋(14:00~)



＜囑託医の紹介＞

健康診断 大池 ひとみ先生

新入園児健康診断(3月、4月)

乳児健康診断(0歳児) 毎月1回

定期健康診断(全園児) 年2回



園児の発育・健康状態をみていただきます。先生はこどもたちが体に興味を持ち、体調の変化を大人に伝えることが出来るようになって欲しいという思いから、一人一人に声をかけながら、診察されます。秋になると年長さんは、心音を聴診器で聴かせていただきます。初めて聞く音に、興味津々です。

歯科 林 実和子先生

定期歯科検診(全園児) 年2回

歯の健康を診ながら、生活の改善・身体の健康についても診て下さいます。ご家庭で困っていることがありましたら、事前に申し出ただければ、ご指導もして下さいます(指しゃぶり等)。地域で開業していらっしゃるの、とても心強いです。



＜健康カードについて＞

健康診断・歯科健診・身体測定などお子さまの健康についてお伝えし、また、ご家庭から連絡をしていただくために使用するものです。

記入後はご家庭にお返ししますので、ご覧になりましたらサインをして、翌日返却してください。また、健康カードが手元にある時には、予防接種や感染症についての追加の記録をしてください。

詳しくは、裏面にありますので、ご覧ください。

＜健康について＞

集団生活の中では、感染症にかかったり体調を崩したりすることも多いと思います。

お忙しい時間帯ではありますが、毎朝、ご家庭での健康チェックを欠かさないようお願いします。

- 目覚め…いつも通り起きられましたか？
- 食欲…朝ごはんを食べられましたか？
- 排便…下痢や便秘になっていませんか？
- 鼻…鼻水は出ていませんか？
- 口…せきやくしゃみは出ていませんか？
- 顔色…赤かったり青白かったりしませんか？
- 肌…発疹は出ていませんか？

「なんだかいつもと違うな」と思ったら…

- ・熱を計りましょう
- ・体調により、受診し医師の指示に従いましょう
- ・登園時に気になることがある時は、職員にお伝えください

園からも、こんな時には連絡します

登園前にいつもと違う様子がみられる時は、ご家庭の様子をみるか、受診して医師の指示を仰ぐようお願いいたします。

医師の診断で、感染症にかかったとわかった時は、お手数ですが、園にご一報ください。

- ・熱が出たとき
- ・けがをしたとき
- ・感染症の疑いがあるとき
- ・その他お子さんについて心配なことがあるとき
- ・確認事項があるとき



子どもは病気に対する抵抗力が未熟です。しかし集団生活では、さまざまな病気にかかるリスクが増加します。そんな時に強い味方になってくれるのが「予防接種」です。

ここがポイント

接種前	接種後
<ul style="list-style-type: none"> ● 体調はいつも通りですか？ (体温・排便・機嫌などをチェック) ● 体温の上昇を防ぐため 運動やおやつを避けましょう 	<ul style="list-style-type: none"> ● 体調の変化はありませんか？ ● 接種した部分を強くこすったり かいたりしていませんか？ ● 激しい運動は避けましょう

接種後に体調を崩すこともあります。接種前後は体調のチェックをしてあげましょう

⇒予防接種はウイルスや菌を体に少量入れることにより、自分の体で抗体をつくるものです。ですので、軽く感染した状態になることもあります。お子さまの体調の良い時に受けるようにしましょう。また、接種したその日は、ご家庭の様子をみる事ができるように調節して受けるようにしましょう。予防接種を受けた時は、園にお知らせください。

健康について、何か困ったことがありましたら遠慮なくお申し出ください。

今年度も元気に過ごせますように☆彡

