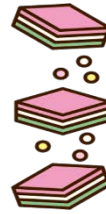




ほけんだより 3月号



令和5年2月24日
社会福祉法人国立保育会
宮前おおぞら保育園
看護師

たくさんの思い出でいっぱいになった1年も締めくくりの時期となりました。今年度も保健の活動にご協力をいただきましてありがとうございました。入園、進級したばかりの頃に比べてここもからだも大きく成長して体力もつきました。4月からの新しい生活が元気にスタートできるよう生活習慣を見直して、残りの日々も楽しくすごしましょう。

インフルエンザ

症状

鼻水や咳などによって感染し広がる病気で今年は感染者が特に増えています。悪寒、急な発熱、関節痛に続き、下痢、嘔吐、咳、くしゃみ、喉の痛みなどの症状が現れます。診断を受けずにいると周りへの感染を広げるだけでなく、合併症(脳症や肺炎など)の危険も伴うので症状が出始めたなら自宅で静養し、医療機関と相談して受診のタイミングを決めましょう。

症状の程度によっては、コロナウイルスと判別できず外来が一般とは別になったり、検査が正しくできるタイミングで受診するよう指示される場合もあります。事前に医療機関に相談するようにしましょう。



感染力が強いので発症した翌日から数えて5日が経過し、かつ解熱した翌日から数えて3日が経過するまでは登園できません。診断を受けましたら園までご連絡をお願いします。登園の際には登園届が必要になります。

1年間、健康に過ごせましたか？

お子さまと一緒に1年間を振り返ってチェックをしてみてください。チェックのできなかつた項目は4月からの目標にしてみましょう。

- 早寝早起きができた
- 朝ご飯は毎日しっかり食べた
- 好き嫌いをせずに何でも食べた
- 食後は歯みがきをした
- 毎朝、うんちをした
- 外でたくさん遊んだ
- 外から帰ったら手洗い・うがいをした
- 友達と仲良く遊ぶことができた



★3月の予定

- 7日(火) 0歳児 身体測定
- 8日(水) 1歳児 身体測定
- 9日(木) 2歳児 身体測定
- 10日(金) 3・4・5歳児 身体測定
- 16日(木) 0歳児健診

★感染症 (1/25~2/24)

- 感染性胃腸炎 (0歳児:1名)
- A型インフルエンザ (3歳児:1名)

★指示書更新のお願い

アレルギー指示書(生活管理表)の更新が必要な方は、3月10日(金)までに提出をお願いします。病院によっては日数がかかる事もありますのでお早めに相談していただきますようお願いいたします。