



ほけんだより 5月号

令和6年4月25日
社会福祉法人国立保育会
宮前おおぞら保育園
看護師

入園・進級から1か月がたとうとしています。新しい環境にも慣れてきて笑顔も多くみられるようになりました。一方で子どもも大人も疲れからか体調を崩す方が増えています。体調不良時は早めの静養と受診が大切です。無理をせず、元気になってから登園するようお願いいたします。登園を迷うときは遠慮なくご相談ください。

春先のかぜ

まだ朝夕は気温が低く、日中との気温差が大きいため、かぜをひいてしまう子どもが多くなっています。環境の変化で緊張が続き、心身ともに疲れがたまっているのかもしれません。初めて集団生活に入ったお子さんは特に、おうちでゆったりと過ごしてくださいね。

かぜかな?と思ったら

- 体を温かく保つ
- 栄養のある物を食べる
- 十分な睡眠と休養をとる
- 水分補給を心がける

熱がなくても、せきや鼻水が出るときは体調が不安定です。安静にして過ごしましょう。

子どもは薄着で

外遊びが増えるこの季節、元気に遊ぶと汗ばみます。子どもは体温が高く、新陳代謝が活発なので、汗をかきやすく肌のトラブルも起こしやすいといわれています。また薄着の方が動きやすく、逆に厚着のさせすぎは運動機能の発達の妨げになることがあります。

大人より1枚少なめにし、薄着を心がけましょう。



発熱後の登園について

熱が出ると体力が奪われて、体は一時的に弱った状態に。熱が下がってもすぐに登園せず、1日は家庭で様子を見ながら、安静に過ごさせてあげたいですね。また、朝、薬を飲んで登園したときは、忘れずにお知らせください。薬の種類によっては、眠気を催すものもあるので、園でも注意してまいります。よろしくお願いいたします。



5月の予定

- 14日(火) 0歳児 身体測定
- 15日(水) 1歳児 身体測定
- 16日(木) 2歳児 身体測定
- 17日(金) 3・4・5歳児 身体測定
- 22日(水) 春の全園児健康診断

感染症 (3/25~4/24)

- ・突発性発疹
2歳児：1名 1歳児：1名
- ・伝染性膿痂疹(とびひ)
2歳児：1名
- ・インフルエンザB型
1歳児：2名
- ・RSウイルス
2歳児：1名 1歳児：5名

*感染症拡大防止のため、感染症の診断を受けた場合は保育園までご連絡ください。ご協力をお願いいたします。