

# ほけんだより 2026年4月号

あといあ保育園長坂ビレッジ 看護師 上田・大草

ご入園・ご進級おめでとうございます！春の暖かい日差しの中、お散歩道にも春の花が咲いてきましたね。新しい環境に少しずつ慣れていく中で疲れが見られることがあります。十分な睡眠と休息をとっていきましょう。新しいお部屋や先生、お友達と健康で楽しく過ごせるよう、職員一同で見守っていきたいと思います。どうぞよろしくお祈りします。

## 登園前の健康チェックポイント

朝、お子さんが元気か、体調不良のサインは出ていないかをチェックしましょう。目や鼻、耳、口、皮膚など、体の中と外をつなぐ部分は異変を見つけやすいので、しっかりチェック。当てはまることがあるときは、職員にお知らせください。



### 目

- 目やにが増えた
- 目が赤い
- 涙目になっている

### 耳

- 耳を触る（気にするそぶりがある）
- 耳だれが出る

### 鼻

- 鼻水・鼻づまりがある
- くしゃみが出る

### 皮膚

- ポツポツができています
- 水ぶくれやうんだ場所がある
- 赤くはれている



### おしっこ・うんち

- 回数や状態（色やかたさなど）、におい（すっぱいにおいは消化ができていない）がいつもとちがう

いつもとちがう……と思ったら、お知らせください

目に見える症状がなくても、「いつもよりも機嫌が悪い」「なんとなく元気がない」など、気づいたことがあったら、朝、登園時に職員にお伝えください。

## お子さんの平熱ご存じですか？

毎日の検温を習慣にしましょう！（同じ時間帯で）

一般的に子どもの発熱の目安は37.5度ですが、個人差があります。特に0歳児は環境の影響を受けやすいものです。

平熱	36.7度	くらい
平熱	36.5度	くらい
平熱	36.3度	くらい

### 発熱

### 発熱

### 発熱

### ●タイミングを決める

体温は1日の中でも変動します。「朝起きて顔を洗ったら測る」「朝食後に測る」など、検温のタイミングを決めましょう。

## あといあ病児保育室利用のご案内

【利用方法】 お電話にて病児室の空きを確認後、予約が取れたら病院を受診し、医師に※病児保育室利用申込書を記入してもらって下さい。

- ・こっこどもクリニック(園医)：無料
  - ・その他クリニック：1500円程度 ※文書発行料がかかります
- (電話予約可能時間：前日は18:00まで。当日は7:00から)

【利用日時】 8:00~17:00まで

(延長保育はありませんが、万が一お迎えが17時を過ぎてしまった場合は500円/30分の延長料金が発生します)

月曜日~金曜日

【利用料金】 在園児：無料

在園児以外(卒園児含む)：1000円/1時間、2,300円/1日

→(利用者負担金として初回のみ500円)

【対象のお子様】 0~6歳の未就学児

【病児室利用不可：①~⑧の症状・状態ではご利用できません】

- ①感染性疾患（他児に感染する恐れの高いもの）の急性期  
麻疹・風疹・水痘・流行性時下腺炎・インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症・流行性角結膜炎  
ロタ、ノロウイルス感染症胃腸炎・RSウイルス感染症・ヒトメタニューモウイルス感染症  
手足口病・ヘルパンギーナ・アデノウイルス感染症（咽頭結膜熱、プール熱）、溶連菌感染症等
  - ②感染症と診断された翌日の利用
  - ③39℃以上の発熱時（38.5℃から変更しています）
  - ④前日の夜から解熱剤を使用している場合
  - ⑤嘔吐、下痢が連続してある場合
  - ⑥脱水症状の兆候がある場合（皮膚・唇が乾燥している、ぐったりして活気がないなど）
  - ⑦咳嗽（咳込み）・喘息（ゼーゼー）がひどく呼吸が苦しい状態
  - ⑧食欲がなくほとんど飲んだり食べたりできない状態
- 各感染症と目安になる許可基準は病児のしおりを参照してください

☆保育中に39℃以上発熱した場合や、呼吸時にゼーゼーする、嘔吐や下痢が複数回あるなど看護師や保育士が家庭での保育が望ましいと判断した場合は、途中でお迎えをお願いしておりますのでご了承下さい。

【お薬が処方され登園で与薬希望の場合】

与薬依頼表と薬剤情報提供書（薬局からもらうもの）またはお薬手帳のコピーを持参してください。

## 3月の疾病流行状況・・・

寒暖差もあり、鼻水が長引いているお子さんが多かったです。りす組、ひよこ組のお子さんを中心に下痢症状が続いているお子さんが数名いらっしゃいました。下痢が出ていても普段通りに食欲があるお子さんもいらっしゃいますが、お腹に優しい消化の良い食事を心がけていきましょう。