



# 令和8年度ほけんだより

保存版



令和8年 4月号  
矢田野こども園

ご入園、ご進級おめでとうございます。4月から仲間入りした子ども達はもちろん、新しいお友達を迎えてみんなが そわそわ・ときどきする時期です。しばらく緊張で疲れてしまうことがあるかもしれませんが、ご家庭でも規則正しい生活をこころがけ、子ども達が元気に過ごせるようお願いします。

## 年間保健行事予定

- <毎月> 身体測定(胸囲:年2回)
- <年2回> 健康診断・歯科検診
- <年1回> 5歳児健診(4歳児)
- <春・秋> 尿検査(以上児)
- <春・秋> 視力検査(以上児)
- <春・秋> 聴力検査(以上児)

## 食物アレルギー対応について

家庭で食物の摂取によりアレルギー症状が出た場合は、必ず園へお知らせください。

## こども園等で預かる薬について

基本的にこども園等での投薬は行っていません。もし、朝昼晩の投薬の場合は、受診の際にこども園等に通っていることを伝えたくて、投薬の回数を1日2回(朝・晩)に変更できないかなど、担当医師に相談してみてください。

なお、下記の薬については、例外的に園で投薬を行う場合があります。ご相談ください。

- 熱性けいれん、てんかんの防止薬
- 慢性疾患(心臓病など)の治療薬
- 抗アレルギー薬・ぜんそく薬
- アトピー性皮膚炎・湿疹などの軟こう

☆薬の容器や個包装には一つずつ、組と名前を記名してください。

☆薬剤情報提供書がありましたら、初回の時に薬と一緒に必ず持たせてください。

その他、薬に関してご不明な点がありましたら、看護師・保育士にご相談ください。ご協力よろしくお願いします。

## 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0~1歳の乳幼児は、体温調節機能が未熟なために、外気温、室温、厚着、水不足等による影響を受けやすいです。

### お子さんの平熱ご存じですか?

- 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

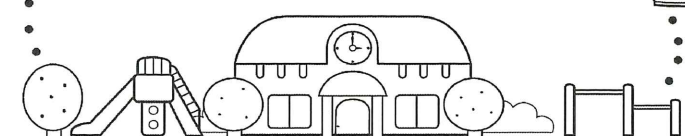
体温は1日の中でも変動します。「朝起きて顔を洗ったら測る」「朝食後に測る」など、検温のタイミングを決めましょう。

## 予防接種はお済みですか?

乳幼児期には、B型肝炎、小児用肺炎球菌をはじめ多種類の予防接種があります。予防接種には、それぞれ受けるのに適した時期があります。適正な時期に受けられるよう接種スケジュールを立てましょう。わからないことがあるときは、主治医またはすこやかセンター(TEL:21-8118)へお問い合わせください。

### \*お願い\*

- ◎ 予防接種は、登園前ではなく、早めに降園して予防接種を受けましょう。
- ◎ 予防接種はお子様の体調の良い日に受けましょう。
- ◎ 母子手帳と受診券は忘れずに持参しましょう。
- ◎ 予防接種後は、お子様ができるだけ静かに過ごせるよう家庭での保育をお願いします。特に接種後30分程は全身状態の変化、副反応が起きていないか注意深く見守りましょう。
- ◎ 麻しん風しん(MR)は、1歳になったらはやめに受けましょう。2回目は、年長期間の1年間です。(この時期を逃すと自費負担になります。)感染力が強いので、確実に2回受けましょう。
- ◎ 予防接種を受けた場合は、こども園等にお知らせください。



# こんな時は受診しましょう



症状	<u>こんな時は登園を控えて</u> <u>医療機関を受診しましょう</u>	登園できます
発熱	<ul style="list-style-type: none"> <li>朝から37.5を超えた熱があることに加え、元気がなく機嫌が悪い、食欲がなく朝食・水分が摂れていないなど全身状態が不良である場合。</li> <li>24時間以内に38℃以上の熱があった。</li> <li>24時間以内に解熱剤を使った。</li> <li>保育中に発熱し、早退をお願いした場合、翌日は登園を控えてください。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>熱が37.5℃以下で元気があり機嫌が良く、顔色が良い。</li> <li>食事や水分が摂れている。</li> <li>発熱を伴う発しんが出ていない</li> <li>排尿の回数が減っていない</li> <li>咳や鼻水が認めるが増悪していない</li> <li>24時間以内に解熱剤を使っていない</li> <li>24時間以内に38℃以上の熱はでていない</li> </ul>
咳	<ul style="list-style-type: none"> <li>咳のため夜間に起きる</li> <li>連続して咳き込む、呼吸がつからそう</li> <li>機嫌が悪い、食欲がない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>連続した咳がない</li> <li>喘鳴やつからそうな呼吸がない</li> <li>機嫌がよく、食欲もある</li> </ul>
下痢	<ul style="list-style-type: none"> <li>24時間以内に2回以上の下痢あり</li> <li>食事や水分を摂ると下痢をする</li> <li>朝に排尿がない</li> <li>下痢があり、いつもより体温が高め</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>24時間以内に1回下痢はあったが、体温がいつもより高め、腹痛、嘔吐などの症状がなく、機嫌がよく元気である</li> <li>24時間以内に2回下痢はあった場合は、病院を受診し、医師から登園の許可があれば登園することができます。</li> <li>食事をしても下痢にならない</li> <li>排尿回数がいつも通り</li> </ul>
嘔吐	<ul style="list-style-type: none"> <li>24時間以内に2回以上の嘔吐あり</li> <li>元気がない、食欲がない</li> <li>吐気があり、いつもより体温が高め</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>24時間以内に1回嘔吐はあったが、体温がいつもより高め、水分が摂れていない、下痢などの症状がなく、機嫌がよく元気である</li> <li>24時間以内に2回嘔吐はあったが、病院を受診し、医師から登園の許可があれば登園することができます。</li> <li>食欲があり、食事をしても吐かない</li> <li>顔色がよく、吐き気もない</li> </ul>
発疹	<ul style="list-style-type: none"> <li>発熱に伴って発疹がある</li> <li>口内炎で食事がとれない(とびひの場合) <ul style="list-style-type: none"> <li>顔などで患部を覆えない</li> <li>患部を掻いてしまう</li> <li>じゅくじゅくして他児に感染の恐れ</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>かかりつけ医の診察の結果、感染の恐れなし 全身状態がよい と診断された</li> </ul>
目の異常	<ul style="list-style-type: none"> <li>目やに(普段より多いとき)</li> <li>目の充血</li> <li>目が腫れている</li> <li>目にかゆみがある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>かかりつけ医の診察の結果、感染の恐れなし と診断された</li> </ul>

※厚生労働省の「保育所における感染症対策ガイドライン」を参考に登園基準を定めています

## ～健康面でのお願い～

- 病気で休みするときは、病名や症状等について、コドモンまたは電話でこども園へお知らせください。また、受診結果についても、ご連絡をお願いします。
- 集団生活では感染症等の拡大防止のため、「こんな時は受診しましょう」を参照の上、症状がみられる場合は、登園前に受診し医師に登園の可否を聞いていただく様をお願いします。
- こども園で、発熱や感染症が疑われる症状がある場合等は、保護者の方にご連絡させていただきます。発熱が無くても、状態に応じてお迎えをお願いすることがありますのでご了承ください。
- いつもと連絡先が変わる場合は必ずお知らせください。

※お子さんの病気により、仕事のお休みがとれない場合の対策を考えておきましょう。

（有料でこまつ病児保育ルームやなんぶ病児保育ルームがあります。ご利用の際は予約が必要となります。詳しくはこども園・保育所へお問い合わせください。）