



ほけんだより



4月号

令和6年4月

キッドワールドこども園

園長：高津 宏児

看護師：飯倉 ゆみ

ご入園、ご進級おめでとうございます。

暖かな春の日差しとともに新年度がスタートしました。新しいクラスにドキドキしている様子が見られる中、ひとつお兄さんとお姉さんになった子どもたちの姿がたくましく見えます。教室では、お友だちとお話しをしたり、好きな遊びを楽しんだりと笑顔で過ごしています。

初めてこども園生活を始めるお友だち、進級したお友だちにとっては、これからの活動や行事が楽しみでしょうが、年度初めは緊張から疲れが溜まりやすくなります。ご家庭では、ゆっくり休養できるよう、ご配慮お願い致します。

こども園では、引き続き感染予防対策を実施しながら、子どもたちを見守っていきたく思いますので、よろしく願い致します。



生活リズムを整えよう！

入園・進級で環境が変わった4月は、生活リズムを改善する良い機会です。正しい生活リズムを身に付け、健康な体を作りましょう。



早寝早起きをしよう

睡眠は、脳や体の発達を促す大切な時間です。子どもが寝る時間に近づいたら、大人も就寝前の雰囲気を作るようにしましょう。

ご飯はしっかり食べよう



ご飯を食べると体が目覚め、その1日を元気に過ごすことができます。朝ご飯はよく噛んで、しっかり食べるようにしましょう。

うんちは出たかな？



朝ご飯を食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。

登園前の体調は、大丈夫ですか？

1日を元気に楽しく過ごせるよう、発熱の有無、食欲の状態、機嫌などの確認をお願いします。

ルクミーでの連絡で、「体調不良」の際は、コメント欄で様子を知らせて頂けると助かります。

園で預かる薬について

基本的に園で薬の与薬は行っていません。やむを得ず薬を持参される場合は、下記の要項を必ず守ってください。

- 医師の処方以外の薬はお預かりできません。
- 医師から与薬依頼書を記入してもらい、薬と一緒に提出してください。
(与薬依頼書は職員室に用意しています。)
- 薬情報の提出もお願いします。
- 1回分のみ薬袋に入れて持参して下さい。
- 薬に名前・日にち・飲む時間を明記してください。
- 軟膏塗布・点眼の場合も同様です。
(軟膏・点眼などの外用薬の依頼書有効期間は、1か月以内です。必要であれば、再度提出をお願いします。)
- 登園時に必ず担任に手渡して下さい。
(手渡しでない場合は、確認が取れない為、与薬いたしません。)

感染症について

子どもは細菌、ウイルス、真菌など様々な病原体による感染症にかかりやすく、しかも重症化しやすいのが特徴です。こども園のような、集団で生活をする教育・保育施設は、様々な感染症が入れ替わりで流行しやすい環境にあります。このような集団で生活を始めると、なおさら感染症にかかりやすくなるといえるでしょう。

～免疫を獲得する方法～

・感染症にかかる
・予防接種を受ける



免疫を
獲得



その感染症にかかりにくくなる

感染した
時は？



発熱・咳・下痢などの症状は、病気を治すうえで必要なからだの症状でもあります。症状によっては、こども園をお休みし、安静にすることが必要となります。

水分を十分に摂り、消化の良い食べやすい食事の工夫をし、衣服や室温・湿度に気を配り、からだや気分が少しでも快適になるようにケアをしましょう。



予防接種は、病気にかかりにくくなったり、かかっても軽症で済んだりする場合があります。

予防接種については、来月に詳しく掲載します。

蕁麻疹は、突然起こります。

蕁麻疹の原因には、様々なものがあります。蕁麻疹の分類は明確にはされていませんが、その中でも原因や症状など特徴や定義が比較的是っきりしている身近な蕁麻疹としては以下のものが挙げられます。

● 急性蕁麻疹：細菌・ウイルス感染などが原因のことが多い。

● 物理的蕁麻疹：引っ掻くなどの刺激や圧迫・寒冷・温熱・日光などといった物理的刺激により起こる。

● コリン性蕁麻疹：入浴や運動などで汗をかくと現れる。

● アレルギー性蕁麻疹：食べ物や薬剤・昆虫などに含まれるアレルギーに反応して起こる。



こども園で一番気になる蕁麻疹は、アレルギー性蕁麻疹で、主に食べ物に含まれるアレルギーの反応です。ご自宅で蕁麻疹の症状が出た食材が新たに発見された場合は、園の方に報告をお願いします。

アナフィラキシー



アレルギー反応によって、複数の臓器に症状が強くあらわれる状態をアナフィラキシーと呼びます。特に、呼吸状態が悪くなったり、血圧が低下して意識の低下や脱力を来したりする場合は、直ちに医療機関で適切に対応を進めないと**アナフィラキシーショック***を引き起こします。

* 「アナフィラキシーショック」とは、生命にかかわる重篤な状態をいいます。

爪はきれいかな？



爪が伸びていると折れたり、友だちを引っ掻いてしまったりと、怪我の原因になります。また爪は、汚れが溜まり不潔になりやすいところにもかかわらず、指しゃぶりや爪を噛むくせのある子どもも多く、汚れたままにしておくとばい菌を直接取り込んでしまいます。週に一度は、指先のチェックを行うようにしましょう。

新しい年度が始まりました。今年度もよろしくお
願い致します。

飯倉ゆみ

