



# ほけんだより 4月号

令和8年4月1日  
青物横丁えほん保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。新しい年がスタートしました。子どもたちも一つおねえさん、おにいさんになった喜びでワクワクドキドキかと思えます。新しいクラス、新しい先生、新しいお友だちと楽しい環境の変化ではありますが、環境の変化によるストレスは決して軽くはなく、体調を崩しやすくなる時期でもあります。食事と睡眠をしっかりとり、体調が悪い日は休むなどして、無理をしすぎないようにしましょう。今年も子どもたちが健康に楽しく過ごせるよう、毎月のほけんだよりの発行や保健指導など実施していきます！

## 保育園で元気に過ごすためのお約束！！

### 1. 早寝早起きを意識して

日中元気に活動した身体の疲労回復と、脳の動きを活発にするためにも、早寝早起きは大切です。まず、早起きから始めましょう。

### 2. 朝食はしっかりと食べましょう

お腹がすいていると遊べません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。

### 3. 毎朝の健康観察をお願いします

お子様の様子を観察し、少しでも変化があれば職員にお伝え下さい。

37.5℃以上の発熱はありませんか？

・24時間以内に38.0℃以上の熱は出ていませんか？

・24時間以内に解熱剤を使用していませんか？

湿疹や嘔吐・下痢などの症状はありませんか？

鼻水や咳は出ていませんか？

食欲はありますか？

※体調による食事のメニュー変更は対応できません。

いつもと変わった様子はありますか？



## 園内で感染が拡がらないよう ご協力をお願いします！

園内で嘔吐・下痢をすると一気にクラス内で感染が拡がります！

登園の前日や当日の朝に嘔吐、下痢の症状がみられた場合は、自己判断での登園はせず、受診をするか、一日ご自宅で様子を見るようお願い致します。胃腸炎になると嘔吐は1~2日で収まりますが、下痢は1週間ほど続くこともあります。保育園でオムツから漏れてしまうこともよくあり、マットや椅子に便が付着して感染が拡がってしまいます。園内の消毒強化など感染防止に努めてまいります。上記の症状がある際は、ご家庭での様子もこまめにお知らせください。

## 園で預かるお薬について



基本的に園でお薬の与薬は行っておりません。やむを得ず、お薬を持参される場合は、担任・看護師にご相談の上、下記の要項を必ず守ってください。

書類の必要事項を記入し、署名をしてご提出ください。

登園時に職員に必ず手渡しして下さい。

薬剤情報提供書を併せてお持ち下さい。

市販薬は対応致しません。

薬は1回分ずつに分けて当日分のみ持参し、全ての薬袋・容器に名前を記入して下さい。

以前医師から処方されてあまっていたものを与薬することはできません。

## ～保育園での健康管理について～

- ・身体測定…毎月1回(身長・体重)
  - ・0歳児健診…毎月1回(第2木曜日)
  - ・発育診断…年2回(5月、10月)  
嘱託医：ひらつか医院品川シーサイド 平塚 祐介 医師
  - ・歯科検診…年2回(6月、11月)  
歯科医：品川シーサイド歯科クリニック 小山 正人 医師
- \* 健診日は日程が決まり次第、随時お知らせ致します。

## ～健診結果について～

- ・身体測定  
コドモンの身体測定の項目をご確認下さい。
- ・各種健診  
コドモンのお知らせ配信、もしくは連絡帳にて個別にご連絡致します。

