



# 9月のほけんだより

平成28年9月1日発行

かめき保育園

暑い夏を元気に過ごした子どもたち。そろそろ夏の疲れが出るころです。無理な外出は避け、家でゆっくり過ごし、体を休めてあげましょう。元気に活動に向かえるよう、今一度、子どもの健康生活を見直してみましょう。

## 毎朝の体調チェック

登園前に次のようなポイントで、体調チェックを行ってみてください。

### □機嫌は？

いつもより元気がない、うつむきがちななど、いつもと違う様子が見られたら、体調が悪いのか、心理的なものなのか、原因を探りましょう。

### □肌の状態は？

いつもない発疹が見られたら検温し、熱があれば病院へ。その時にはやっている感染症があれば、とくに注意して症状を確認しましょう。

### □顔色・表情は？

顔が赤い・青白いといった場合は、発熱があったり、体調を崩していたりすることが多いので、検温をしてみましょう。

### □便や尿の様子は？

毎朝、排便の確認をしましょう。トイレに行く前につらそうな表情をする・何度も行く・時間がかかるといった場合は、一緒にトイレに行き、状態を確認しましょう

### □熱・咳は？

顔がほてっている・手が熱いという場合は検温をしましょう。咳だけで熱がなく元気な時は、しばらく様子を見ましょう。

### □体の動きは？

いつもと比べて足取りが重い・だるそうという時は、子どもにどこが具合悪いのか聞いてみましょう。言葉で訴える事の出来ない子どもの場合は、検温などの一通り体調をチェックしたうえで、その日一日注意して見守るようにします。

### □子どもの言葉は？

「気持ち悪い」「疲れた」「眠い」「寒い」「暑い」といった言葉が聞かれたら、熱を測り様子を観察します。少し経ってから熱が上がる事もあるので、しばらく激しい動きは避けたほうがよいでしょう。

## 気になるときには… 伝えて下さい

### 1. どこが気になるのか

いつもの状態と違うところ。

例（お子さんが言った言葉・朝の家庭での様子など）

### 2. 家庭での対応

〇時に検温したら〇℃だった・少し強くしかってしまったなど。

### 3. 当日の連絡先

何か変化があった時、すぐに連絡がつくようにしててください。ご登録の連絡先と違う場合は、必ず教えて下さい。

### 4. 熱があった場合

〇日の〇時に〇℃、その後〇時に下がった、病院でどのように診断され指示されたなど、具体的にお伝えください。

お子さんの様子で少しでも気になることがある場合は、登園時に必ず保育者に伝えるか連絡帳に伝えていただくと、園での対応の参考になります。

## お知らせとお願い

- これから感染症流行の季節になります。嘔吐や下痢も病気です。保育園は集団生活の場です。早めの受診をお願いします。
- 病院では、保育園に通っていることを伝えたいうえで、園で気を付けることを確認して下さい。
- お薬は、オレンジ色の薬バックを持った職員に手渡ししてください。薬の袋や容器1つ1つに記名をお願いします。ジッパーの袋はお薬が終わりましたら、次回までご家庭で保管して下さい。ご協力をお願いします。