



ほけんだより・5月

令和5年4月28日
四つ木なかよし保育園
看護師

新年度が始まり1カ月経ち、多くの子どもたちは新しい環境にも少しずつ慣れてきた頃かと思います。体や心に疲れが出て、けがをしたり、体調を崩したりしやすい時期でもあります。規則正しい生活をして元気いっぱいにご過ごせるようにしましょう。

発熱後の登園について

熱が出ると体力が奪われて、体は一時的に弱まった状態になります。熱が下がってもすぐに登園せず、1日は家庭で様子を見ながら、安静に過ごさせてあげてください。また、朝、薬を飲んで登園したときは、忘れずにお知らせください。薬の種類によっては、眠気が出るものもありますので、園でも注意してまいります。よろしくお祈りします。



発熱には、病気や体の異常を知らせるサインであると同時に、体内に侵入してきた細菌やウイルスと戦って免疫力を高め、体を守っている最中の状態でもあります。普段のお子さまの平熱をきちんと把握し、急な発熱にも慌てず対応しましょう。

お家でのケア

こまめに水分補給を行いましょう。熱の出始めで寒気を感じている時は温かくし、熱が上がり、手足が温かい時は薄着にします。汗をかいたら衣服を取り替えましょう。



歯科健診

5月18日(木)10時～



当日の朝はしっかりと朝ごはんを食べ、きれいに歯を磨いてからの登園をお願いします。また、歯のことで心配なことがありましたらご相談ください。

※欠席の場合、直接園医の歯科へ受診して頂くこととなりますので、ご了承下さい。

爪について

子どもたちは様々な物に触れるため、爪の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。汚れが溜まると炎症を起こしてしまう可能性もあるので、手洗いで落としきれない汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。

また、爪が長いとどこかにひっかけてしまったり、お友だちを傷付けてしまうことにもなりかねません。おうちでは定期的に爪のチェックをお願いいたします。



●4月の欠席状況理由

発熱・鼻水・咳・嘔吐・腹痛

●0歳児健診(もも組)

5月31日(水) 11時頃

体調不良時は無理せずに欠席をお願いします。

4月の内科健診を欠席された方は、0歳児健診と一緒にいきますので、なるべく欠席されないよう、よろしくお祈りします。