

2・3月のほけんだより

令和5年2月1日 認定こども園上小泉保育園

寒い日が続きますが、静かな春の足音も時折聞こえてきます。今年度も残り2か月になりました。まだまだ新型コロナウイルスが流行しており同時にインフルエンザが流行期にはいっています。今後も手洗い、換気といった感染予防対策を徹底し、ご家庭と協力して健康管理に取り組んでいきたいと思ひます。ご理解とご協力をお願いします。

感染症の季節を乗り切りましょう！

こんなときは、おうちで様子を見ましょう

新型コロナウイルスやインフルエンザやRSウイルス感染症、ウイルス性胃腸炎などの感染症が流行しやすい季節です。小さな子どもほど、感染症にかかると進行が早く、重症化するおそれがあります。体調不良のサインがあったら、早めに休ませたほうが早く回復します。無理せず、ご家庭でゆっくり過ごして様子を見てあげてください。

前日から……



24時間以内に

- 1 下痢を繰り返す
- 2 おう吐が何回かあった
- 3 38度以上の熱が出た
- 4 解熱剤を飲んだ
- 5 けいれんを止める薬を使った

どれか1つでも当てはまる場合は、症状が治まったかどうかを見極めたり、体力を回復させたりするためにも様子を見ましょう。

薬の働きで症状が抑えられているときに無理をすると、ぶり返す危険があります。

夜間に

- 6 せきが出たり、ゼイゼイしたりして、あまり寝られなかった

熱が出ていなくても、睡眠不足やせきは体力をうばいます。

朝に……

- 1 体温が37.5度以上
- 2 平熱より1度高い

朝は、通常なら体温が低めです。37.5度を超えている、もしくは平熱より1度高いときは、日中に熱が上がる危険があります。

朝食を食べたら

- 3 吐いた
- 4 下痢した

体の調子が悪くなりつつあるサインかもしれません。

ちょっとした変化も見逃さないで

- 目やにがいつもよりひどい
- 皮膚にポツポツがある
- 元気がない、きげんが悪い
- 顔色が悪い、くまができている

小さな子どもは、体調をうまく伝えられません。「いつもとちがう」サインを見逃さないようにしましょう。気になることがあるときは、朝、登園時に、職員にご相談ください。



お願い 登園前に必ず検温し、連絡帳に記入をお願いします。

検温

園からのお願い

薬は、原則としてお預かりしないことになっております。

医師から指示を受けた家族の方が飲ませられるように、医師にご相談願ひます。

内服中は症状が落ち着いてから登園願ひします。

※中耳炎で抗生剤内服が必要な場合などはご相談ください。



お子さんの成長、「見える化」しましょう

3月で今年度の身体測定は最後になります。1年間のお子さんの成長記録を曲線グラフにして、お渡しする予定です。身長伸びは個人差が大きく、年間を通じてどのくらい伸びているかを見ることが大切です。1年を通じて、身長伸びが悪い、急な体重の増減など心配な場合は医師に相談しましょう。

グラフのカーブが大事

数字では、増えているかどうかはわかりませんが、グラフにすると、成長曲線に沿って、順調に増えているか見えてきます。

少し小さめでも、伸びの度合いに沿って育っているなら問題ありません。

心配なのは、伸びの度合いが低いときです。



2月3日は節分の日

豆まきは楽しい行事ですが、いり豆は窒息の原因となりやすい食べ物です。のどにつまらせたり、くだけた豆が気管に入り、誤嚥を生じることがあります。5歳ごろまでは食べさせないようにしましょう。

くだけた豆も危険です。また、家の中にまいた豆を拾って口に入れないように注意しましょう。

1月の感染情報

- 新型コロナウイルス感染症
- アデノウイルス感染症
- ヒトメタニューモウイルス感染症

今年度最後のほけんだよりです。保護者の皆様には、感染対策等で何かとご理解ご協力を頂きありがとうございました。来年度も、「ほけんだより」を通じて健康に関する情報を発信していきたいと思ひます。

看護師 椎名春美