



ほけんだより 4月号



令和7年4月1日
SuruSu 上陽こども園
SuruSu 祝昌こども園

新入園・進級おめでとうございます。暖かい日が増えて過ごしやすくなりますが、新しい環境は子どもたちには意外と負担になるものです。園で、子ども達がげんきいっぱい、楽しい生活が送れるように、職員一同サポートしていきたいと思ひます。心配なことや相談ごとなどあれば、お気軽にお声掛けください。

登園前の健康チェックポイント

朝、お子さんが元気か、体調不良のサインは出ていないかをチェックしましょう。目や鼻、耳、口、皮膚など、体の中と外をつなぐ部分は異変を見つけやすいので、しっかりチェック。当てはまることがあるときは、職員にお知らせください。

目

- ☐ 目やにが増えた
- ☐ 目が赤い
- ☐ 涙目になっている

皮膚

- ☐ ポツポツができている
- ☐ 水ぶくれやうんだ場所がある
- ☐ 赤くはれている

ポツポツに気づいたら、時間とともに数が増えたかどうかも見てください。

今日、少し
鼻づまりがあります。

耳

- ☐ 耳を触る（気にするそぶりがある）
- ☐ 耳だれが出る

鼻

- ☐ 鼻水・鼻づまりがある
- ☐ くしゃみが出る

おしっこ・うんち

- ☐ 回数や状態（色やかたさなど）、におい（すっぱいにおいは消化ができていない）がいつもとちがう

いつもとちがう……と思ったら、
お知らせください

目に見える症状がなくても、「いつもよりも機嫌が悪い」「なんとなく元気がない」など、気づいたことがあったら、朝、登園時に職員にお伝えください。

お子さんの平熱
ご存じですか？

毎日の検温を習慣にしましょう！（同じ時間帯で）

一般的に子どもの発熱の目安は37.5度ですが、個人差があります。特に0歳児は環境の影響を受けやすいものです。

平熱 36.7度 くらい
平熱 36.5度 くらい
平熱 36.3度 くらい

発熱

発熱

発熱

●タイミングを決める

体温は1日の中でも変動します。「朝起きて顔を洗ったら測る」「朝食後に測る」など、検温のタイミングを決めましょう。



ホワイトボードに記入している毎日の出席状況をコドモンの「資料室」で確認できるようにしました。ご活用ください。



登園届の提出は必須ではなくなりました。今までと同様に園に報告をしていたき、登園の目安を参考に登園のご協力をお願いします。



コドモンの「資料室」に保健関係資料がありますのでご確認をお願いします。

汚物の除去

消毒

洗濯

- 汚物のついた衣類や布団などを取り扱う際は使い捨ての手袋をして直接触れないようにしましょう。
- 汚物除去後は、色落ちしないものは塩素系の漂白剤（ハイターやブリーチ等）に10分間浸しましょう。色落ちするものは85度以上の熱湯で1分間煮沸消毒でも効果があります。
- 消毒後は他の洗濯物と分けて、最後に洗濯しましょう。

園内で汚れた衣類等は感染予防のため、そのままお返ししています。自宅で洗濯・消毒をする際の参考にしてください。