



～・～園のしおり 保健と健康管理の変更点について～・～

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症に罹患した場合

令和4年度までは新型コロナウイルスが感染症の5類に分類されてはいなかったため、登園届で書類提出をしていただいていたのですが、令和5年度の5月より5類に分類されたことにより、新型コロナウイルス感染症は意見書の提出に変更させていただきました。

合わせてインフルエンザ罹患時医療機関のひっ迫を回避するために、登園届で対応させていただいていたのですが令和5年の5月よりこちらも意見書に戻していますので、罹患の際には意見書の提出をお願いいたします。

【感染症流行期のお願い】

園児や保護者・兄弟姉妹・同居家族が感染症（すべての感染症）に罹った時は、速やかに園に電話でお知らせください。また、保護者・兄弟姉妹・同居家族が熱・嘔吐下痢等、感染症の疑わしい症状があった場合、感染予防の観点から園児はお休みしていただくようご協力をお願いします。

乳児医療証と健康保険証の取り扱いについて

・マイナンバーカードと健康保険証が一体化する方向を受け、「乳児医療証」と「健康保険証」のコピーはお預かりしないこととなりました。



保育中の怪我について

・園生活の中で怪我等をした場合、園長・看護師・保育士等複数の職員により受診の必要性を判断します。受診が必要と判断した場合は保護者の方に連絡し、受診の承諾を得てから近隣の医療機関を受診いたします。受診時には医師より保護者の方の承諾を得ることがあるため、保護者の方にご同行いただくことが望ましいです。やむを得ない場合は園の職員で対応し、立て替えて支払います。後日、精算をお願いいたします。なお、医師より再受診が必要といわれた場合は、お子さまの怪我の状況を把握してもらうため保護者様に受診していただくようお願いいたします。



2月の健康状況

溶連菌感染症	4名	インフルエンザ	1名
新型コロナウイルス感染症	1名		
アデノウイルス感染症	1名	胃腸炎	1名



	4月 身長平均	4月 体重平均	2月 身長平均	2月 体重平均	身長伸びた 平均	体重が 増えた平均
ひよこ	73cm	8.8kg	77.5cm	9.7kg	4.5cm	0.9kg
あひる	79.9cm	11.6kg	90.1cm	14.4kg	10.2cm	2.8kg
べんぎん	88cm	12.9kg	97.4cm	14.8kg	9.4cm	1.9kg
ねこ	95.6cm	14.8kg	101.3cm	15.8kg	5.7cm	1.0kg
とら	102.9cm	15.7kg	108.7cm	16.9kg	5.8cm	1.2kg
らいおん	110.4cm	18.0kg	117.7cm	20.3kg	7.3cm	2.3kg



耳を大切にしましょう

3月3日は「みみの日」です。この日を耳について考えるきっかけにして、普段から耳を大切にしましょう。

- ① 鼻をかむときは片方
 - ② イヤホンで音楽を聴くときは
 - ③ 耳元で大きな声を出さない
 - ④ 耳をたたかない
- ずつやさしくかむ 大きな音や長時間を避ける



1年間、健康に過ごせました

お子さまと一緒に1年間を振り返ってチェックをしてみてください。チェックのできなかった項目は4月からの目標にしてみましょう。

- 早寝早起きができた
- 朝ご飯は毎日食べた
- 好き嫌いをせず何でも食べた
- 食後は歯みがきをした
- 毎朝、うんちをした
- 外でたくさん遊んだ
- 外から帰ったら手洗い・うがいをした
- 友達と仲良く遊ぶことができた



早寝のためにできること

- 1 まずは早起きから**
遅く寝てしまっても、翌日は早く起こしましょう。夜も早く眠くなるので、布団に入りやすくなりますよ。
- 2 朝の光でスタート!**
カーテンを開けて太陽の光を浴びましょう。目覚めが促されて、脳も体も活動を始めます。
- 3 日中にしっかりあそび**
体を動かしてたくさんあそびましょう。心地よい疲れが夜の眠りを誘います。
- 4 午睡は15時半までに**
家で午睡をするときも、遅くとも15時半までに終わらせて。夜の眠りに影響します。
- 5 お風呂はぬるめに**
熱いお風呂は、急激に体温が上がって目がさえてしまいます。お湯はぬるめにするのがポイントです。
- 6 入眠前の習慣づけを**
毎晩、眠る前に「おやすみの習慣」をつけましょう。絵本を読む、布団に入ってからぎゅっと抱きしめるなどすると、眠りやすくなります。

