

# 4月のけんこうだより

令和7年4月1日

なかのしまのぞみ保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。新年度を迎え、ひとつ大きくなった！という喜びと期待いっぱいの笑顔に出会うことができ、とても嬉しく思います。今年度も子どもたちが健康で元気いっぱいに過ごせますよう、保健に関する情報をお知らせしていきたいと思っておりますのでお願いいたします。3月の感染症はインフルエンザA型9名でした。また2月に引き続き下痢や嘔吐のお子様数名いました。新年度初めも引き続き健康管理には注意していきましょう。

## 年間保健行事予定

<毎月> 身体測定（身長、体重）

<月1回> 園医健診（0・1歳児）

<年3回> 園医健診（2～5歳児）

※4月23日（水）プール前健診（全園児）

※6月11日（水）歯科健診（全園児）

また7月頃に親入園児を対象とした予防接種調査がありますのでご協力お願いします。

### けんこうてちょうについて

新入園児の方には後日「けんこうてちょう」をお渡しします。入園から卒園時まで使用し、身体測定、園医健診の結果をその都度記載しお伝えします。予防接種状況など健康状態を記載する欄がありますので、後日記入をお願いいたします。在園児の方も、返却の際には予防接種や健診などの記入の更新をよろしくお願いいたします。

## 登園前の体調チェック

園では毎朝、登園してきたお子さまの健康観察を行っています。ご家庭でも、登園前は次のようなポイントでチェックを行うようにしましょう。普段と違う様子が見られた場合は口頭や連絡帳でお知らせください。症状によっては受診をしてからの登園をお願いする場合があります。ご協力よろしくお願いいたします。

- 熱はありませんか？
- 顔色はよいですか？
- 鼻水や咳は出ていませんか？
- 湿疹、発疹はないですか？
- 食欲はありますか？
- うんちは出ましたか？
- 機嫌はよいですか？
- 「痛い」「疲れた」などの訴えはありませんか？

## 保健からのお願い

### <お薬のお預かりについて>

川崎市の保健指導により、園では内服や軟膏・点眼といったすべての薬をお預かりしていません。かかりつけ医に相談し内服の回数を朝と夕2回に等にしてもらって下さい。ただし乾燥がひどい場合、市販の黄色いパッケージのベビーワセリン（健栄製薬）に限っては保湿剤として使用できますので、個別にご相談下さい。

### <予防接種後の登園について>

予防接種後は安静と経過観察がとても重要です。接種後の登園はお控えいただくようご協力をお願いいたします。

### <園からの連絡について>

37.5℃以上の発熱、嘔吐・下痢、機嫌が悪いなど体調不良の際や怪我をした時など園から緊急連絡先にご連絡をさせていただきます。お仕事の都合もあるかと思いますが状況に応じてお迎えをお願いいたします。

### <登園の際気をつけてもらいたいこと>

- ・爪は短く切ってきて下さい。
- ・髪の毛が長いお子様は結んできてください。同様に前髪が長い場合は目に入らないように切るか結んできて下さい。

### 園医の先生をご紹介します。

中野島診療所 高橋 伸之 先生

園医健診、怪我の際にお世話になる先生です。よろしくお願いいたします。

## 早寝早起きをしよう

夜は早く布団に入って体を休めましょう。そうすると、自然に朝早く目が覚めて、よいことがいっぱい。

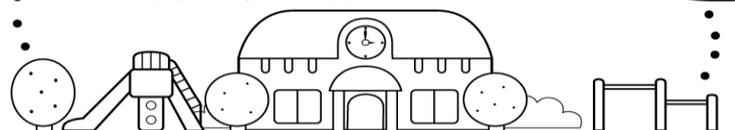
毎朝、元気なみんなに会えるといいな！

気分よく  
目が覚める

朝ごはんが  
おいしい！

もりもり  
食べられる

園で元気に  
あそべる



## ニコモチェック! 子どものけが!

### ズボンのすそはくるぶしまで

0~2歳児は脚力が弱い、頭が重く転びやすいなど、**転倒が多い時期**。ズボンのすそが長いと足にまとわりついて歩きにくくなったり、すべったりするもとなるので、**丈の合ったズボン**をはかせましょう。

すそを折り返すだけだと時間とともに落ちてきてしまうので、縫いつけて留めるのがベストです。



### つめは短く、角はやすりで削って

**子どものつめは薄く**、ちょっとひっかいただけでも皮膚に傷がついてしまいます。

特に、1歳代では、かみつみやひっかきなどのトラブルが多く見られます。**つめは1週間に一度チェック**して短くカットし、やすりで丸く整えてあげましょう。ただし、巻きづめになりやすい子どもは、両わきをあまり深く切りすぎないようにしましょう。



## 子どものけが!

### 体を動かしやすい服装で防ぎましょう

小さな子どもは次のような怪我をしやすい特性があります。

- ・頭が重く、体のバランスが悪い
- ・夢中になると周囲に注意が及ばなくなる
- ・危険なことを予測できない

一方で、子どもの運動神経の発達は12歳ごろまでに完了するとも言われており、小さな頃から身体を動かすことは、その後の成長に欠かせません。園でも外遊びなどで体を動かす機会をたくさん作っていきます。

**体を動かしやすい服装で登園する。サイズの合った靴（足の大きさより5mm~1cm余裕がある）を履かせるようご協力よろしくお願いいたします。**

服が  
大きすぎま  
せんか



靴のサイズは  
合っ  
て  
いますか

