



ほけんだより

保存版

2024年4月号
ひまわり保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。桜の花も咲き、春を感じる季節になりましたね。環境の変化に体調を崩さないよう、早起き早寝の生活リズムを整えましょう。毎日、朝食をしっかり摂って登園しましょう。保育園で元気に過ごせるよう、毎日の健康チェックをお願いいたします。

提出物

健診の年間予定

- 6/20(木) 14:30…春の健康診断
- 5月下旬…尿検査(幼児のみ)
- 11/7(木) 14:30…秋の健康診断
- 11/19(火) 9:30…歯科健康診査
休まず健診を受けましょう。

★保険証・子ども医療費受給者証のコピー
受診の際必要ですので、有効期限を必ず確認して下さい。
※変更・更新の都度、コピーを提出して下さい。

★健康カード
予防接種を行ったら、その都度ご記入下さい。

毎朝の健康チェックをお願いします

ひまわりで、お子さんが元気に過ごせるように、毎朝の健康チェックをしましょう。次のような症状があった場合は、体調を崩す前兆かもしれません。ご家庭でゆっくりと休養をとって、体調を整えてから登園しましょう。

- | | |
|---|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 37.5℃以上の熱がある | <input type="checkbox"/> 機嫌が悪い・元気がない |
| <input type="checkbox"/> 目やにが多い・目の充血がある | <input type="checkbox"/> 食欲がない |
| <input type="checkbox"/> 便がゆるい | <input type="checkbox"/> 体に発疹がある |
| <input type="checkbox"/> 吐き気やおう吐がある | <input type="checkbox"/> 眠りが浅い(睡眠不足) |
| <input type="checkbox"/> 呼吸が苦しそう(ヒューヒュー、ゼーゼーなどの呼吸の音や咳が多いなど) | |

感染症について

保育園は集団の場です。他のお子さんへの感染を防ぐために、また、体調を悪化させないためにも早めのお迎えにご協力下さい。

●感染症かな?と思ったら.....

感染症の疑いがある場合は、登園する前に受診をお願いします。

- ★皮膚に新たな発疹がある(はしか、水ぼうそう、突発性発疹などの疑い)
- ★目が充血して、目やにや涙が多い(はやり目、プール熱などの疑い)
- ★おう吐や下痢をしている(ノロウィルス、ロタウィルスなど胃腸炎の疑い)
- ★発熱、咳、のどの痛みなど(インフルエンザ、RSウィルス、新型コロナウイルスなどの疑い)

●感染症にかかったら.....

感染症にかかったら、体調が回復するまで、ご家庭でゆっくりと休養しましょう。

『感染症一覧』を参考にして下さい。登園停止の基準があるものに感染した場合は、医師の登園許可が出てから登園して下さい。(※登園許可書の提出は必要ありません。)

●お迎えをお願いする場合について(←保護者に連絡をします)

- ★38.0℃以上の発熱がある(37.5℃以上で連絡をして体調をお伝えします。)
- ★目の充血、目やに、目をこする
- ★体に発疹が出ている
- ★咳が多く出ている
- ★熱がなくても、元気がない・食欲がないなどの症状がある
- ★おう吐や下痢が1日2回以上ある
- ★頭痛や吐き気があり、遊びや食事ができない
- ★機嫌が悪く、泣きやまなかったり、痛がったりしている

●体調が良くなってからの登園について

無理をして登園すると、体調がさらに悪化したり、感染を広げてしまったりします。

38.0℃以上の発熱や下痢などの症状がなくなり
1日(24時間)以上経過してから登園するようにしましょう。

薬について

基本的には園での投薬は行っていません。体調を崩して薬を内服している間は、ご家庭でゆっくり休養し、体調を整えましょう。

また、現在内服中の薬がある場合は、職員に必ずお知らせ下さい。

(内服中の成分表のコピーをお持ち下さい。)

【次の薬を使用している場合は、登園できません。】

★市販薬

★以前に処方された内服薬

★解熱、鎮痛剤（カロナール、ロキソニンなど）

★吐き気止め（ナウゼリンなど）

★下痢止め（アドソルビン、タンナルビンなど）

【薬についての注意点】

1) 熱性けいれんの既往があるお子さんで、抗けいれん薬（ダイアップなど）が処方されている場合は、園で預かりますので担任にお伝え下さい。

2) アレルギーのあるお子さんで、アレルギー症状出現時の薬（エピペンなど）が処方されている場合は、園で預かりますので担任にお伝え下さい。

3) ホクナリンテープ（気管支拡張剤）を貼って登園する場合も必ず担任にお伝え下さい。

はがれてしまったテープを乳児が口に入れてしまうと危険です。

4) 虫刺されのパッチや虫よけパッチなどは、はがれたり放置したりすると、小さいお子さんが口に入れてしまう恐れがありますので、保育園内の使用はご遠慮下さい。

(体に虫よけ・虫刺されパッチを貼って登園しないで下さい。)

5) 絆そうこうなど使用している場合は、必ずお伝え下さい。

はがれてしまったテープを乳児が口に入れてしまうと危険です。

※予防接種をした日は、発熱などの副反応が出る場合がありますのでご家庭でゆっくりと過ごして下さい。

新型コロナ・インフルエンザウィルス感染症の登園の目安

新型コロナ・インフルエンザウィルスに感染した場合の対応について・・・

- ★園児、ご家族の方が感染症にかかった場合、すぐに園にお知らせ下さい。
(日曜日に陽性が分かった場合は、翌日の月曜日にご連絡下さい。)
- ★感染症にかかっている保護者の方は送迎できません。また、体調の悪い方も送迎できません。(体調の悪い方は園内に入れませんので、電話でご相談下さい。)
- ★ご家族が感染症にかかった場合は、園児も症状がないかご確認下さい。
園児に症状がなく、送迎できる方がいる場合は登園できますが、発熱がなくても、咳や鼻水などの症状がある場合は、ご家庭での健康観察をお願いいたします。
- ★学級閉鎖などで、学校が休みになったお子さんの保育園への入室はできません。

新型コロナウィルス登園停止早見表

※新型コロナウィルスの登園停止期間：発症後5日かつ症状軽快後24時間経過するまで

	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目	発症後 8日目
例1	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり →症状なし 登園停止	症状軽快後 1日 登園停止	×	○ 登園可能		
例2	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり →症状なし 登園停止	症状軽快後 1日 登園停止	○ 登園可能		
例3	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり →症状なし 登園停止	症状軽快後 1日 登園停止	○ 登園可能	
例4	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり 登園停止	症状あり →症状なし 登園停止	症状軽快後 1日 登園停止	○ 登園可能

- ★発症日は、症状が始まった日です。(無症状の場合は検査した日)
- ★発症日は、0日目です。翌日が発症後1日目となります。
- ★ウィルスの排出期間は、個人差がありますが、発症前2日から発症後7～10日といわれています
特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いことに注意して下さい。

インフルエンザウィルス登園停止早見表

※インフルエンザウィルスの登園停止期間：発症後5日かつ解熱後3日(小学生以上は解熱後2日)

	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目	発症後 8日目
例1	発熱 登園停止	解熱 登園停止	解熱後 1日目 登園停止	解熱後 2日目 登園停止	解熱後 3日目 登園停止	×	○ 登園可能		
例2	発熱 登園停止	発熱 登園停止	解熱 登園停止	解熱後 1日目 登園停止	解熱後 2日目 登園停止	解熱後 3日目 登園停止	○ 登園可能		
例3	発熱 登園停止	発熱 登園停止	発熱 登園停止	解熱 登園停止	解熱後 1日目 登園停止	解熱後 2日目 登園停止	解熱後 3日目 登園停止	○ 登園可能	
例4	発熱 登園停止	発熱 登園停止	発熱 登園停止	発熱 登園停止	解熱 登園停止	解熱後 1日目 登園停止	解熱後 2日目 登園停止	解熱後 3日目 登園停止	○ 登園可能

- ★発症日は、病院に行った日ではなく、症状が始まった日です。
- ★発症日は、0日目です。翌日が発症後1日目となります。
- ★朝に解熱しても、解熱した翌日が解熱後1日目になります。
- ★インフルエンザ治療薬を朝まで内服している場合は、その日は登園できません。

ひまわりでは、感染予防のため、おう吐物や便、血液のついた衣類やタオル等、ビニル袋に入れ、そのままお返しいたしますことをご了承下さい。下にご家庭での消毒方法をお伝えしますので参考にして下さい。

◆◆ご家庭での消毒方法◆◆

【準備】

①部屋を十分換気します。
ビニル袋、ペーパータオル
またはボロ布を準備します。



②消毒液を準備します。



(消毒液の作り方参照)

③片づける人は、マスク、
ビニル手袋を着用します。
(必要時、エプロンや長靴も)



【おう吐物や便が付着した床の消毒】

①片づける人
以外は、おう
吐物や便に
近づかない
ようにします。



②0.1%消毒液を浸したボロ布等
で、周囲から包み込むように静
かに汚物をぬぐい取ります。



使用したボロ布等は、すぐに
ビニル袋に入れて処分します。

③ぬぐい取った後の床は
0.02%消毒液で拭きます。
おう吐物は1~2m以上飛び
散るといわれています。
消毒は、広い範囲を行いま
しょう。



④10分程度放置後、消毒部分
を水拭きします。

【おう吐物や便が付着した衣類・タオル等の消毒】

①付着したおう吐
物や便をボロ布等
で、できるだけ
取り除きます。
使用したボロ布等は
すぐにビニル袋に入
れて、処分します。



②汚物が残っている
場合は、バケツの
水等で汚物を落と
します。
バケツの水は、トイレ
に流し、バケツとトイレ
も消毒します。



③85℃以上1分以上の加熱
または
0.02%消毒液に30分以上
浸した後、他の洗濯物と分け
て洗います。



※お子さんがやけどや誤飲しないよう、ご注意ください。

【消毒液の作り方】

●次亜塩素酸ナトリウム濃度6%の塩素系漂白剤（ハイターなど）を使った場合
※ペットボトルのキャップ（5ml）を使って原液をペットボトルに入れ、水を加えて1.5ℓにします。

作りたい濃度	原液	用途
0.02%	キャップ1杯	衣類、床等の消毒
0.10%	キャップ5杯	おう吐物・便の 処理時

★お子さんの口や目に入らないよう、
取り扱いにご注意下さい。

★衣類、タオルなどは消毒液によっては
色落ちしますので、ご注意ください。

★金属製の物には使用できません。