



入園、進級、おめでとうございます。今年度もよろしくお祈いします。

今月は、ほけんからのお願いをお届けします。

あけぼの💡トピックス

インフルエンザが微増しています。熱、風邪症状などがあれば、必ず受診し「保育園でインフルエンザが流行している」と医師へ伝えてください。

ほけんからのお願い



● 毎日の健康チェックをお願いします ●

必ず、健康チェックをしてから登園してください。こどもは体調不良を伝えることがまだまだうまくできません。家族がいちばん身近な小児科医！こどもの健康をチェックしてあげてください。

- ◎ 平熱ですか？24時間以内に解熱剤を使っていますか？
- ◎ 24時間以内に下痢していませんか？便がゆるくありませんか？
- ◎ 気持ち悪い、吐きそう、吐いたなどはありますか？
- ◎ ブツブツ発疹が出ていませんか？
- ◎ ひどい咳、ゼイゼイしていませんか？
- ◎ 目やに、目の充血、涙目、目がかゆい、朝起きた時目やにがこびりついていませんか？
- ◎ 寝不足ではありませんか？
- ◎ 朝ごはんは食べられましたか？
- ◎ ケガや皮膚炎が膿んでいませんか？
- ◎ 24時間以内に頭を打っていませんか？
- ◎ 「なんだかいつもと様子が違う」そんな気がしませんでしたか？

登園時に、こどもの健康状態を必ず教えてください。様子によっては受診をお願いすることもあります。大切なこどもたち全員の健康を守るため、ご協力をお願いします。

● こんな時、必ず受診してください ●

保育園では、1人の感染から、あっという間に感染が拡大します。次のような場合、必ず受診して「保育園で他の子にうつさないかどうか」を医師に診断してもらってください。



… 嘔吐、下痢、胃腸炎 ……

気持ち悪い、吐きそう、吐いた、便がゆるい、水みtainな便、腹痛等の症状がある時。「感染性胃腸炎」と診断されず「お腹の風邪」「胃腸炎」と言われることも多いです。必ず「保育園で他の子にうつさないかどうか」を医師に診断してもらってください。

… ブツブツ発疹 ……

例えば、水ぼうそうの場合、典型的な発疹じゃないことがよくあります。見慣れている医師でも判断に迷うことがあります。必ず小児科を受診してください。

… とびひ ……

発端は虫刺されだったとしても、発疹や赤みなどがひろがっていれば、それはとびひになっている可能性が高いです。必ず、皮膚科か小児科を受診してください。受診後、症状が悪化した場合は再受診してください。また、登園OKと診断された場合も、集団感染を防ぐ為、症状の出ている部分は完全に覆って来てください。

… 結膜炎、眼が充血、目やに、目がかゆい ……

これも「感染するかしないか」の判断は難しいです。必ず眼科を受診してください。

● こんな時も、必ず受診してください ●



… 頭を打った … … …

自転車のチャイルドシートから落ちた、転んで頭を打った等々、必ず受診してください。頭を打った場合、すぐに症状が出ることは少ないです。最低24時間は慎重に症状を観察しなければなりません。頭を打って最初の1～3時間は特に注意が必要で、6時間、12時間、さらに24時間と経過するにつれてリスクが減っていきます。しばらくしてから異常が出ることも多く、油断できません。「たんこぶができていれば大丈夫」というのは俗説です。頭蓋骨の外側にたんこぶができて、内側も出血していることはよくあります。何かしらいつもと違う症状がある時は、必ず受診してください。

… ケガ … … …

パッキリ割れているケガ、傷はくっついているがジュクジュクとした汁が出ている、手足など動かせない部分がある、やけどをした等の場合は、必ず受診してください。保育中に症状が悪化する可能性が高いです。

● こんな時、お迎えをお願いします ●

38℃以上の発熱、または熱が無くても、嘔吐、下痢、あまりに呼吸が苦しそう、目やにや目の充血など、全身状態をみて集団保育が難しい場合は、お迎えをお願いすることがあります。連絡はいつでも取れるよう、誰かがお迎えに来れるよう、お願いします。

● 病児・病後児保育 ●

病気の回復期にある「病後児保育」、回復期に至っていない「病児保育」を、主治医等が病児保育か病後児保育の利用可能と認めた場合、専用保育室のある施設で一時的に預かる事業です。利用には事前登録が必要です。

利用対象 … 病後児保育 = 生後6ヵ月～就学前、病児保育 = 満1歳～就学前

問合せ先 … 中野区子ども教育部 子ども家庭支援センター（中野区役所3F）

TEL 3228-5612

E-Mail kodomosiensenta@city.tokyo-nakano.lg.jp



4月号、いかがでしたか

新入園から1～2年は、しょっちゅう病気になります。その為、お休みや早退が増えます。私もその昔、昔々… こどもは保育園、私は仕事という生活をしていましたから、みなさんの辛いお気持ちを想像します。けれど、こどもはあっという間に大きくなります。「今」の成長発達が、大人になってからの生活を左右します。「今」の積み重ね、その結果が「大人」です。つらいこともあると思いますが、ひとつひとつ丁寧にクリアしていきましょう。また、病院では聞きづらかったこと、心配な事など、どんな些細なことでも結構です。いつでもお尋ねください。2日以内にはお返事します。