



# 5月のほけんだより



新緑の美しい5月。元気にあそぶ子どもたちの姿に、さわやかな風が吹き抜けます。ゴールデンウィークを楽しく過ごしたあと、心身ともにちょっと不安定になることも。ご家庭と連携をとりながら、お子さんのようすに気を配っていききたいと思います。



## 知っておこう！ 子どもの健康管理

子どもの健康管理の基本は、「いつもと違う状態」に気づくこと。そのためは、「いつもの状態」を把握しておくことが、たいせつです。つねに子どものようすに気を配り、何か変化や異常が見られたとき、適切な対応ができるようにしていきましょう。



## 毎朝の体調チェック！



園では毎朝、登園してきた子どもたちの健康観察を行っています。ご家庭でも、登園前など、次のようなポイントで、体調チェックを行ってみてください。

### ★きげんは？★

いつもより元気がない、「おはよう」のあいさつもうつむきがちななど、いつもと違うようすが見られたら、要注意。体調が悪いためか、心理的なものなのか、原因を探りましょう。

### ★顔色・表情は？★

顔が赤い、青白いといった場合は、発熱していたり、体調を崩していたりすることが多いので、検温してみましょう。

### ★熱、せきは？★

顔がほてっている、手が熱いという場合は検温を。せきだけで、熱がなく元気なときは、しばらくようすを見ます。

### ★体の動きは？★

いつもと比べて、足取りが重い、だるそう、というときは、子どもにどこかぐあいが悪いのか、聞いてみましょう。ことばで訴えることのできない子どもの場合は、検温などひととおり体調をチェックしたうえで、その日1日注意して見守るようにします。

### ★肌の状態は？★

いつもない発しんが見られたら、検温し、熱があれば病院へ。また、そのときはやっている感染症があれば、特に注意して症状を確認しましょう。

### ★便や尿のようすは？★

毎朝、排便の確認をしましょう。また、トイレに行く前につらそうな表情をしたり、何度も行く、時間がかかる、という場合は、いっしょにトイレに行き、状態を確認しましょう。

### ★子どものことばは？★

「気持ち悪い」「疲れた」「眠い」「寒い」「暑い」といったことばが聞かれたら、熱を測り、ようすを観察します。少したってから熱が上がることもあるので、しばらく激しい動きを控えたほうがよいでしょう。



## 気になるときは…伝えてください

お子さんのようすで少しでも気になることがある場合は、登園時、必ず保育者に伝えて下さい。次のような観点で、具体的に伝えていただくと、園での対応の参考になります。直接担任がお会いできない場合は、対応した職員に伝えていただくと助かります。

### □どこが気になるのか

いつもの状態がどうで、それと今はどう違うか／お子さんが言ったことば／朝の家庭でのようすなど



### □家庭での対応

○時に検温したら○℃だった／少し強くしかってしまっただなど



### □園での過ごしかたについて

外あそびは控えてほしい、などの要望がある場合は、お伝えください。

※やむを得ずご要望に添えない場合もありますので、そのときはご相談させてください。



### □当日の連絡先

何か変化があったとき、すぐに連絡がつくようにしてください。ご登録の緊急連絡先と違う場合は、必ず教えてください。

