

保健連絡

めぐみ第二保育園

大切なお子様の成長を見守るため、家庭と保育園との連絡を密にして行きたいと考えております。健康上、不安なことや、ちょっと聞きたいことなどがございましたら、いつでもお気軽に看護師におたずね下さい。

予防接種について

入園前に定期予防接種を受けてください。(まだの方はできるだけ速やかにお願ひします)
また、入園後に各種予防接種を受けた時は必ずお知らせください。接種後はご家庭で安静にしてくださいをお勧めします。

健康診断

	内科嘱託医	歯科嘱託医
めぐみ第二保育園	府中クリニック 小林哲也先生	小林歯科 小林賢三先生

府中クリニック：府中市緑町 1-3 042-366-5483
小林歯科 ：府中市府中町 2-6 042-367-0110

- ・内科健診は年2回、歯科は年1回の検診を行います。
- ・毎月、身長と体重の測定を行います。
- ・3歳クラス以上は、年1回の視力検査を行います。
- ・5月はぎょう虫卵検査、6月は水遊び前健診（皮膚の発疹、眼の結膜炎、中耳炎の有無を確認）を行います。治療が必要な場合は、プール遊びに間に合う様に治療をお願いする場合も有りますので、よろしくお願ひ致します

健康ノートについて

- ・健康ノートの表紙裏に、予防接種などの記録欄があります。予防接種を受けたら、日付の記載を、また、病気やけがをされた場合も、その記録をお願ひいたします。
- ・健康ノートには、健診、検査、測定の結果を毎月記入してお知らせします。
- ・健康ノートをご覧になったら、月初めにはご返却をお願ひいたします。

薬について

- ・保育園では、原則として薬はお預かりしておりません。慢性疾患の場合など **止むを得ず** 与薬の必要な方は、別途ご相談ください。
- ・抗生剤を服用している時点では、病気が完治していないことも考えられるので、登園に関しては主治医とご相談ください。

慢性疾患について

- ・気管支喘息、アトピー性皮膚炎、アレルギー性結膜炎、アレルギー性鼻炎などの生活管理が必要な場合は、主治医の診断書のもと対応いたしますので、看護師までご相談ください。

保育中にお迎えをお願いする場合

お子さんの健康状態（発育状態）などは個人差がありますので、それぞれの家庭で注意をお願いします。尚、保育中にお子さんが次のような症状がある時は、集団保育が難しいと思われるので、お迎えをお願いします。

- ア 腹痛が激しいとき イ けいれんが起きたとき ウ 下痢が続いたとき
エ 感染症の疑いがあるとき オ 嘔吐が続くとき カ 37.5℃以上の発熱があるとき
キ そのほか症状が重いとき（咳が激しいとき等）

感染症

以下の 13 項目については、医師の意見書が必要になりますので、医師の許可があるまでお休みをお願いします。意見書はお近くの認可保育園（公立・私立共）でも受け取れます。

麻疹（はしか）	風疹（三日はしか）	水痘（みずぼうそう） 帯状疱疹	流行性耳下腺炎 （おたふくかぜ）
百日咳	マイコプラズマ肺炎	ヘルパンギーナ	溶連菌感染症
咽頭結膜熱（プール熱）	感染性胃腸炎	流行性角結膜炎 （はやり目）	伝染性膿痂疹 （とびひ）
急性出血性結膜炎 （アポロ熱）			

また、医師の意見書は必要ありませんが、以下の 7 項目については保護者の方に登園届を記入していただきます。診断を受けた場合は保育園へご連絡の上、医師より登園の許可が出ましたら、登園届をご提出ください。

インフルエンザ	急性結膜炎	ヘルペス性 歯肉口内炎	手足口病
伝染性紅斑 （りんご病）	RS ウイルス感染症	突発性発疹	

☆はしかやインフルエンザにかかった場合は、解熱後 3 日経過するまではご自宅で静養をお願いいたします。（インフルエンザは発症後 5 日経過、かつ解熱後 3 日までは登園できません。）学級閉鎖できないのが保育園ですので、ご理解、ご協力をお願いします。

☆結核、腸管出血性大腸菌（O157、O26、O111 等）、ウイルス性肝炎に関しては、診断を受けたら速やかに園へご連絡ください。保健所と相談の上対応させていただきます。

事故発生時の場合

- ・ 保育園でケガをし、医師の診察が必要なときは、次のような方法で行います。
 - ア 受診する病院について、保護者の方に相談します。
 - イ 保護者は健康保険証、乳児医療証を持参して、受診に立ち会ってください。
 - ウ 保護者に連絡がつかない場合は、保育園の判断で受診します。保護者の方は、連絡がつき次第立ち会ってください。

・ かみつきについて

1～2歳児における発達過程において、言葉でうまく伝えられず口が出てしまうことは自然なことです。保育園においても万全の注意を払いますが、止めきれず、かまれることがあります。かまれるかもしれませんので、どうか御理解くださいますようお願い申し上げます。

かまれた際は、かまれた事実のみで、相手の名前はお知らせしません。かみついた場合は、原則お知らせしませんが、頻繁にかみつくことがあるときは、お子さんの精神状態が不安定な事も考えられますので、その際には御相談させていただくこともありますので御了承願います。

海外旅行について

- ・ お子さんが海外旅行をした場合は、帰国後の健康状態に気をつけ、普段と違った時（発熱・嘔吐・下痢等）は、早めに医師に相談してください。

生活リズムを見直しましょう

食 事

健やかに成長するには、栄養バランスが良い食事を与えることが大切です。特に朝食抜き、パンに甘いジュースだけといったお子さんが増えています。朝食を摂ることによって、睡眠中に下がった体温が上昇して血行が良くなり、体や脳の働きが活性化されます。そして、元気に遊ぶことができるのです。

排 便

便秘気味のお子さんが増えています。排便は朝食を食べることにより胃・腸が動き出し、便意を感じるようになります。野菜不足・水分不足・運動不足なども便秘の原因となりますが、朝ゆっくりした過ごし方（イライラさせない）も関係するようです。

睡 眠

大人にあわせた夜型生活のお子さんが多く、22～23時頃入眠するといった生活のようです。遅寝では、夜光を浴びることから、体内時計に影響して慢性の時差ボケ状態になってしまいます。また、この時期寝ている間に体の成長を助ける成長ホルモンが多く分泌されます。子どもが眠りやすいように部屋を暗くしたり、テレビの音や話し声に配慮するなど工夫してみてもいいでしょうか？