

# 広野保育園けんこうだより 4月号

令和6年4月5日  
 幼保連携型認定こども園  
 広野保育園 No.2

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会うことができ、とてもうれしく思います。年度当初は緊張からお子さん達も疲れやすくなっています。ご家庭ではゆっくり休養できるようにご協力をお願いします。



**朝ごはん**









**で元気のスイッチを押そう!**

育ち盛りの子どもたちは、毎食しっかり食べることが大事です。活動エネルギーを補給するだけでなく、成長のためのエネルギーも必要だからです。朝ごはんをしっかりと食べて、元気のスイッチをONにしましょう!

**体のスイッチ**

肉や魚など、体をつくるたんぱく質をしっかりととりましょう。体温が上がって活発に動けるようになります。

**頭のスイッチ**

脳は、活動するのにたくさんのエネルギーを使います。脳を元気に働かせるためには、主食(ごはんやパン、めん類など)をしっかりととりましょう。

**おなかのスイッチ**

朝しっかり食べると、腸が目覚めて動き出し、排便リズムが整いやすくなります。野菜や果物など、繊維質が多いものがおすすめ。













## こんな症状の時は登園を控えましょう!

体調が悪いときの無理な登園はお子さんにとって大きな負担です。無理をすることで病気が重症化してしまったり、病気が長引いてしまったりすることにもなりかねません。「このくらいなら大丈夫かな?」「本人が行きたがるから」ではなく、登園を控えるべき症状をしっかりと理解しておきましょう。

	×休みましょう	○登園できます
<b>発熱</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 機嫌が悪い ● 元気がない ● 食欲がない</li> <li>● 24時間以内に38.0℃以上あった</li> <li>● 24時間以内に解熱剤を使った</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 24時間以内に38.0℃を超える熱がなく、かつ朝は平熱で元気があり機嫌が良い</li> <li>○ 24時間以内に解熱剤を使っていない</li> <li>○ 咳・鼻水の症状が悪化していない</li> </ul>
<b>咳</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 咳のため夜間に起きる</li> <li>● 連続して咳込む ● 呼吸がつからそう</li> <li>● 機嫌が悪い ● 食欲がない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 連続した咳がない</li> <li>○ ヒューヒューやゼーゼーといったつからそうな呼吸がない</li> <li>○ 機嫌がよく、食欲もある</li> </ul>
<b>下痢</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 24時間以内に2回以上の水様便があった</li> <li>● 食事ごとに下痢になる</li> <li>● 排便回数がいつもより少ない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 24時間以内に2回以上の水様便がない</li> <li>○ 食事をしても下痢にならない</li> <li>○ 排便回数がいつも通り</li> </ul>
<b>嘔吐</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 24時間以内に2回以上の嘔吐があった</li> <li>● 食欲がない ● 元気がない</li> <li>● 吐き気があり、いつもより体温が高い</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 24時間以内に2回以上の嘔吐がない</li> <li>○ 食事をしても吐かない</li> <li>○ 機嫌がよく、顔色も良い</li> </ul>

### 解熱後の登園について

「解熱とは24時間熱が上がらない状態」のことを言います。よって発熱したおさんが登園するためには、元気がよく、1日以上熱がみられなくなる必要があります。しかし子どもの場合は、前日に熱を出し、翌朝は一時的に下がっていても、日中から夕方にかけて再び発熱することがよくあります。特に解熱剤を使った場合は、熱が下がってもすぐには登園させずに24時間はお家で様子を見ましょう。また、解熱剤を使用しない場合も可能な限り同様の対応をお願いします。



### 新年度、こんなサインに注意

新入園のおさんはもちろん、新しいクラスに進級したおさんも、新しい環境で頑張っています。新年度は子どもも体や心の疲れがたまりやすい時期です。心の不調が体に出ることもあるので、元気がない時は無理をさせないよう注意してください。しっかりと受け止めてもらったという安心感が、心を安定させます。



こんなときは…

- 機嫌が良くない
- 朝ぐずって「行きたくない」と言う
- 体調が悪い

お子さんを受け止めて

- たくさんスキンシップをとる
- 頑張ったことをたくさん褒める
- よく話を聞く

### 園に薬を依頼する時は

- ① 与薬する薬 1 回分
- ② 薬の依頼書(記入済のもの)
- ③ お薬手帳または薬剤情報提供書

①～③を必ずお持ちください。特に薬の情報が記載されている③を忘れる方が多いです。与薬する上で必要な情報ですので必ずお持ちくださるようお願いいたします。

\*薬の依頼書はホームページからダウンロードできます。

### 衣類を見直して けが防止

小さな子どもは—

- ・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
- ・危険を予測できない

### お子さんの衣類 ここをチェック

**フードはケガの原因に**  
 フードは遊具に引っ掛かったり首が絞まったりする要因になるため避けましょう。

**ズボンの丈はくるぶしまで**  
 長すぎると転びやすくなります。折り返すだけでなく縫い付けて留めましょう。

**靴はピッタリのものを**  
 靴が緩いと歩きにくいので脱げたり転んだりして危険です。

ケガをしやすい!!

### 4月 身体測定

18日(木)	19日(金)
0歳児(ひよこ組)	3歳児(梅組)
1歳児(桃組)	4歳児(竹組)
2歳児(桜組)	5歳児(松組)

