



ほけんだより

2026年5月 新中央保育園 No.33

新年度が始まり、はや一か月。新しい生活への緊張感が続くあいだはからでも心も疲れがちに。新しいお友達と健康で楽しく過ごせるよう、職員一同見守っていきたく思います。どうぞよろしくお願いいたします。

目安を守って、元気に登園しよう

熱やおう吐、下痢などからの病み上がりは、家では元気で、園で長時間過ごすまでには回復していないことがよくあります。そんな時期に無理をすると、ぶり返してかえって長引くおそれがあるので、登園再開の目安を守って、しっかり回復する時間をとってくださいね。

インフルエンザなどの感染症は、登園再開の目安が決まっています。診断を受けたら、園にご連絡ください。



熱

- ・前の日に37.5度を超える熱が出ていない
- ・解熱剤を使ってから24時間たっている

おう吐

- ・前日（24時間以内）におう吐がない
- ・食べたり飲んだりしても吐かない

下痢

- ・前日（24時間以内）に、水のよくな便の出た回数が1回まで
- ・通常の食事を食べても下痢の回数が1日に数回

病児保育を利用しよう！

深川市では、病児保育を無料で利用できます。利用は6ヶ月頃から小3まで、8:30~16:30 回復期のお子さんには是非ご利用ください。

増えるときは受診を 水いぼ

数が増える、大きなものができたときは、かかりつけ医に相談しましょう。水いぼをつまみ取る治療や液体窒素で凍結させる治療が行われることもあります。

肌と肌が触れ合うとうつることがあるので、水いぼがあるときは職員にお伝えください。



虫歯 は食べ方で防ぐ!?

こんな食べ方が虫歯のもとに

だらだら食べる

遊びながらおやつを食べたり、食後に歯みがきをしなかつたりすると、口の中に汚れが長時間たまり、虫歯を招きます。あめやキャラメルなど、長い間口の中に入れたままになるお菓子も要注意です。

やわらかいものばかり食べる

唾液には、口の中をきれいにして歯を守る働きがありますが、やわらかいものはそれほどかまないので、唾液があまり出ません。また、歯にこびりつきやすく、虫歯を招きます。

虫歯を防ぐ食べ方に変えよう！

おやつの時間を決める

時間を決めて、しっかり区切りましょう。甘いものを食べても、その後しっかり歯をみがけば安心です。



よくかんで食べる

よくかむと、唾液がよく出ます。「よくかんで」と言っても、子どもにはわかりにくいので、野菜類や海藻類、きのこ類など、かみごたえのある食材の様子を見ながら取り入れましょう。



感染症に注意！～出席停止について～

保育園などの集団生活では感染しやすい病気が、「学校感染症」として定められています。これらの感染症にかかった場合は、医師の許可が出るまで他のお子さんへの感染を防ぐためお休みをお願いしています。医師による登園許可証が必要となりますのでご確認ください。

<当園で登園許可証が必要な感染症>

インフルエンザ、百日咳、はしか（麻疹）、風疹（三日ばしか）、おたふくかぜ（流行性耳下腺炎）、水ぼうそう、プール熱（咽頭結膜熱）、結核、新型コロナウイルス感染症、感染性胃腸炎（ノロウイルスなど）、流行性角結膜炎（はやり目） など



内科健診：5/28 歯科検診：5/21

お子さまのことで何か心配なことがあればいつでもご相談ください。結果は医師からの連絡がある場合のみお知らせします。