



# ほけんだより

4月号

## ご入園、ご進級 おめでとうございます！

### 生活のススメを身につけよう

入園、進級などで新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ実践してみてください。

- ①早寝早起きを意識して**  
眠りは日中の疲れをいやし、成長ホルモンを分泌させて脳や体の発育を促します。お子さんが夜遅くても9時までには寝て、朝は7時までに起きるように促してみましょう。
- ②朝ごはんを食べよう！**  
朝ごはんを食べないと、ぼーっとして、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは必ず食べましょう。
- ③つんちは済んだかな？**  
朝ごはんを食べると、腸が刺激されて動き出し、排便を促します。ごはんの後はうんちタイムをとり、トイレに座りましょう。

### 登園前の体調チェック

園では毎朝、登園してきたお子さまの健康観察を行っています。ご家庭でも、登園前は次のようなポイントでチェックを行ってみてください。

熱はありませんか？  
 風邪、咳。  
 鼻水や痰。  
 湿疹、発疹。  
 食欲。  
 うんちは出ましたか？  
 機嫌。  
 「痛い」「疲れた」などの訴え。

年月日 医療機関名「 」において  
病状が回復し、集団生活に支障がない状態と判断されましたので登園いたします。

3月の健康状況

インフルエンザA	2名
インフルエンザB	1名
流行性角結膜炎（はやり目）	6名
帯状疱疹	1名

### ～保護者の方へのお願い～ (2018年4月1日から)

1、登園届について  
4月1日より厚生労働省の「保育所における感染症のガイドライン」に基づき、当園でも「登園届」の提出をお願いすることに致しました。

「登園届」とは登園許可書と異なり、保護者の方に書いていただくものです。保育園に通っているお子さんがよくかかる右記のページの感染症について登園の目安を参考に、かかりつけの医師の診断に従い、登園届の提出をお願い致します。

保育園は乳幼児が集団で長時間生活をする場です。登園に際しては、以下の配慮のご協力をお願い致します。

- 園内での感染症の集団発症や流行につながらないこと。
- 子どもの健康（身体）状態が保育園での集団生活に適応できる状態に回復していること。

### 2、登園許可書が変更→→→「意見書」になります。

今までインフルエンザ、水ぼうそうなどにかかったとき登園許可書を医師に記入していただき園に提出していただいておりましたが、4月より意見書に変更になります。意見書が必要な病気に関しては今までと同じです。

※意見書（医師用）・登園届（保護者記入）は園に用意してありますがホームページからも引き出せます。

### ＜保護者用＞

登園の際には、下記の登園届の提出をお願いいたします。

(なお、登園のめやすは、子どもの全身状態が良好であることが基準となります。)

登園届（保護者記入）	
城山保育園南山 園長殿	園児氏名
病名「 」	と診断され、
年月日 医療機関名「 」	において
病状が回復し、集団生活に支障がない状態と判断されましたので登園いたします。	
保護者名	印又はサイン

保育所は乳幼児が集団で長時間生活を共にする場です。感染症の集団での発症や流行をできるだけ防ぐことはもちろん、一人ひとりの子どもが一日快適に生活できることが大切です。

園児がよくかかる下記の感染症については、登園のめやすを参考に、かかりつけの医師の診断に従い、登園届の提出をお願いします。なお、保育園での集団生活に適応できる状態に回復してから登園するようご配慮ください。

### ○ 医師の診断を受け、保護者が記入する登園届が必要な感染症

病名	感染しやすい期間	登園のめやす
溶連菌感染症	適切な抗菌薬治療を開始する前と開始後1日間	抗菌薬内服後24~48時間経過していること
マイコプラズマ肺炎	適切な抗菌薬治療を開始する前と開始後數日間	発熱や激しい咳が治まっていること
手足口病	手足や口腔内に水泡、潰瘍が発症した数日間	発熱や口腔内の水泡・潰瘍の影響がなく、普段の食事がとれること
伝染性紅斑（リンゴ病）	発しん出現前の1週間	全身状態が良いこと
ウイルス性胃腸炎 (ノロ、ロタ、アデノウイルス等)	症状のある間と、症状消失後1週間（量は減少していくが数週間ウイルスを排泄しているので注意が必要）	嘔吐、下痢等の症状が治まり、普段の食事がとれること
アデノウイルス感染症	咽頭炎（喉の腫れ・痛み）・高熱	症状が消失し医師が許可したら
ヘルパンギーナ	急性期の数日間（便の中に1か月程度ウイルスを排泄しているので注意が必要）	発熱や口腔内の水泡・潰瘍の影響がなく、普段の食事がとれること
RSウイルス感染症	呼吸器症状のある間	呼吸器症状が消失し、全身状態が良いこと
帯状疱疹	水泡を形成している間	すべての発しんが痂皮化してから
伝染性膿瘍症（とびひ）	膿瘍のある期間	覆えない傷及び、広範囲の場合、皮膚が乾燥するまで
突発性発しん		解熱し機嫌が良く全身状態が良いこと