

すくすくだより

2018年4月号

明照保育園

ピカピカの新年度、ピカピカの新生活、ピカピカ笑顔と満開の桜、心もワクワクする4月です！

これから始まる園生活、優しい先生やたくさんのお友達、楽しいできごとがいっぱい待っていることでしょう♪

子供はいつも元気ですが、風邪をひきやすかったり、病気をもらいやすかったりします。病気が治ったように見えても体力がなく、病後の不調を上手に言葉で言い表すことができません。そんな時は大人が気づいてあげたいですね。

気づいてあげたい子供の不調、こんな時は無理せず

おうちでゆっくり休ませてあげてください



★★★ 発熱 ★★★

38度以上の熱が出て24時間以内

- ・元気がない、機嫌が悪い

発熱は体内に侵入した病原体をやっつける反応です。睡眠や休息、水分補給によって体力が回復するため、38度以上の高い熱が出たあとは24時間を目安に安静を心がけてあげてください

★★★ 咳 ★★★

連続して咳き込む、呼吸が早い

- ・体温が高め、微熱
- ・咳のため夜中起きてしまう

咳は体に侵入しようとする病原体を追い出す反応で、想像以上に体力を消耗します。こんな時はしっかり体を休ませてあげてください

★★★ 下痢 ★★★

水のような下痢が1日2回以上出る

- ・おしっこの回数や量が少ない
- ・一日に排便が5回以上ある

下痢は大量の水分と電解質を失うため脱水を起こしやすく注意が必要です。下痢とおしっこの量が減るときは病院を受診し、おしっこの量が少ないことを医師に伝えてください

★★★ おう吐 ★★★

おう吐して24時間以内

- ・食欲がなく、機嫌が悪い、元気がない
- ・吐き気があり、体温が高め、微熱

おう吐は胃腸に入った病原体を体の外へ追い出す反応です。大量の水分と電解質を失うとともに体力も消耗し脱水も起こしやすいです。ゆっくり体を休ませてあげてください

4月の健診のお知らせ

- ★4か月児健診（受付 9:00～10:30）
火曜日：10、17、24日
 - ★1歳6か月児健診（受付 12:50～14:00）
水曜日：11、18、25日
 - ★3歳児健診（受付 12:50～14:00）
木曜日：5、12、19、26日
- 【場所】保健所・保健センター
（中野町字中原「ほいっぶ」内）
【電話】39-9160

対象者には、ご自宅へ健診日の1か月前に健診票を郵送します。ご案内の日時に健診を受けてください。

症状はおさまったし、子供を休ませてあげたい気がするけれど、この程度では仕事が休めない・・・
そんなときは病児保育室をご利用ください！
病院受診の際は医師連絡票をお忘れなく♪

【こじかこども園 病児保育室】より
ご入学、ご進級、おめでとうございます。保護者の皆様におかれましても新年度、環境の変化があるかと思ひます。新しいことに慣れるまでは何事も大変で、体調を崩しやすくなったりします。子供と違って大人はなかなか休むことが難しいですがお子さんは病児保育室をご利用くださいね。

豊橋市保育課 こじかこども園 病児保育室
保健だより 2018年4月1日 ☎25-0528