



4月のほけんだより

令和7年4月1日配信 滝尾保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。4月当初は、環境の変化で緊張から大人が思っている以上に疲れやすくなっています。毎日、お子様が保育園で楽しく元気に過ごせるように、ご家庭でもゆっくり過ごしましょう。

健康チェック

年間予定をお知らせします

- ・内科検診 5月15日(木)・11月6日(木)
- ・歯科検診 5月12日(月)・11月17日(月)
- ・身体測定 毎月1回

園では、子どもたちの健康チェックのため、検診や身体測定を定期的に行います。検診日には、登園時間や歯みがきなどのご協力をお願いします。

1年間お世話になる囑託医の

先生をご紹介します

かなや小児科 金谷能明先生
佐藤歯科 佐藤晴宣先生



登園前の健康チェックポイント

朝、お子さんが元気か、体調不良のサインは出ていないかをチェックしましょう。目や鼻、耳、口、皮膚など、体の中と外をつなぐ部分は異変を見つけやすいので、しっかりチェック。当てはまることがあるときは、職員にお知らせください。

今日、少し
鼻づまりがあります。



目

- ☐ 目やにが増えた
- ☐ 目が赤い
- ☐ 涙目になっている

耳

- ☐ 耳を触る（気にするそぶりがある）
- ☐ 耳だれが出る

皮膚

- ☐ ポツポツができている
- ☐ 水ぶくれやうんだ場所がある
- ☐ 赤くはれている

ポツポツに気づいたら、時間とともに数が増えたかどうかも見てください。

鼻

- ☐ 鼻水・鼻づまりがある
- ☐ くしゃみが出る

おしっこ・うんち

- ☐ 回数や状態（色やかたさなど）、におい（すっぱいにおいは消化ができていない）がいつもとちがう



！いつもとちがう……と思ったら、
お知らせください

目に見える症状がなくても、「いつもよりも機嫌が悪い」「なんとなく元気がない」など、気づいたことがあったら、朝、登園時に職員にお伝えください。

お子さんの平熱 ご存じですか？

毎日の検温を習慣にしましょう！（同じ時間帯で）

一般的に子どもの発熱の目安は37.5度ですが、個人差があります。特に0歳児は環境の影響を受けやすいものです。

平熱 36.7度 くらい
平熱 36.5度 くらい
平熱 36.3度 くらい

発熱

発熱

発熱

●タイミングを決める

体温は1日の中でも変動します。「朝起きて顔を洗ったら測る」「朝食後に測る」など、検温のタイミングを決めましょう。