



うのすまい保育園

R4・5・9発行

# 5月ほけんだより

♪担当♪かわさきけいこ



新年度がスタートして、あっという間に1か月がたちました。子どもたちは新しい環境にもだいぶ慣れてきましたが、少し疲れが出てくるころかもしれません。体調管理に注意しましょう。また、釜石市内ではノロウイルスによる感染性胃腸炎が数件報告されています。**ノロウイルスにはアルコール消毒は効果がありません。**外出後やトイレから出た後はもちろん、ごはんの前にも**しっかりと手を洗いましょう。**



## 子どもが吐いたら……

### ここを確認！

- おなかを痛がったり、下痢をしていないか？
- 食べすぎや飲みすぎはなかったか？
- 吐く前に食べたものは何だったか？
- 吐く前に頭やおなかを打っていないか？
- 熱はないか？

吐いた後ぐったりしている、機嫌が悪いなど、様子によっては急いで受診しましょう！



### 何度も吐き続けるときは……

- 食べ物や飲み物を与えず、安静にする
- 吐いたものが気管に入らないように、上体を起こすか、顔を横に向けて寝かせる

### 吐き気が治ったら……

- さゆや麦茶、野菜スープなどを、ひと口ずつゆっくり飲ませる



## 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、家では元気でも、園で長時間過ごすまでには回復していないことはよくあります。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とってください。

### 熱

解熱してから  
24時間以上  
経過している

### 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

下痢が止まり  
普通便に  
なっている

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。



## 外で遊ぶ機会が増えています

- 子どもは汗っかきです。気温の変化に合わせて衣服の調節がしやすいように、下着は半そでにしましょう。
- 紫外線が強くなってきています。子供用の日焼け止めクリームもおすすめです。
- ロッカーの中の衣類は複数枚準備しましょう。記名をお願いします。
- 汗拭きタオルも忘れずに持たせましょう。
- 長靴は、走って遊ぶときなど危険なので雨がふっていない時は、靴にし



## 歯科検診

6月2日（木）です。



## 内科健診

5月18日（水）にあります。出来るだけ、お休みしないで受けるようにしましょう。

