



ほけんだより 4月号



2026年3月31日
認定こども園
OURS館山
保健課

新入園・進級おめでとうございます。子どもたちが健やかに元気いっぱい園生活を過ごすことができますよう携わってまいります。保健に関する情報を「ほけんだより」を通してお知らせしていきます。

体調不良時のおねがい

OURS 館山では、病児保育事業は行っておりません。教育保育中に発熱（37.5℃目安）、体調不良を認める場合、保護者様の緊急連絡先にご連絡しお迎えをお願いします。

- ・登園前に発熱している（37.5℃以上、または普段の熱より高い）
- ・24時間以内に繰り返し嘔吐・下痢症状がある
- ・いつもより元気がない、機嫌が悪い
- ・解熱剤を使用している、解熱後24時間経過していない

このような場合には、ご家庭で様子を見ていただくか、病児保育室の利用をお願いします。



登園前に検温をし、連絡帳アプリへの記入をお願いします。

また、連絡帳アプリ内児童票の保護者様の緊急連絡先の確認をお願いします。

職場が緊急連絡先となる場合は職場の連絡先・所属部署の入力もお願いします。

内科健診

5月28日（木）10:30～

0. 1. 2歳児クラス

6月 4日（木）10:00～

3. 4. 5歳児クラス

歯科健診

6月 5日（金）10:30～

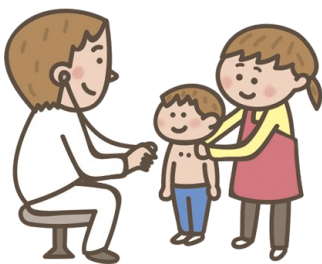
0. 3歳児クラス

6月19日（金）10:30～

1. 5歳児クラス

6月26日（金）10:30～

2. 4歳児クラス



ご都合が悪い場合は、日程内でしたら変更が可能ですのでお声かけください。健診時に泣いてしまうことが考えられますので着替えをいつもより多めに準備してください。

園で預かるお薬について

- 医師の処方以外のお薬は、お預かりできません。市販薬、保護者の判断で持参した薬も取り扱いしません。解熱剤のお預かりはしていません。
- 熱性けいれんの既往歴があり、抗けいれん薬の指示がでている場合は看護師と面談後にお預かりします。【お薬依頼時のおねがい】
- 与薬依頼票が必要になります。薬は1回分、当日分のみ持参し登園時に担任へ手渡しをお願いします。間違い防止のため、薬包や容器に名前を明記してください。
- *手渡しでない場合で、確認がとれない薬は与薬できません。

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。

目

- 目やにが増えた
- 目が赤い
- 涙目になっている

皮膚

- ポツポツができています
- 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。

今日、少し
鼻づまりがあります。



耳

- 耳を触る（気にするそぶりがある）
- 耳だれが出る

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。