



ほけんだより 4月

令和7年 4月 (0895) 45-0437

新しい1年がスタートしました。ドキドキ・わくわくの新しい生活への緊張感が続く間は、心身共に疲れています。十分な睡眠と休養を取って、元気に過ごせるようにしたいですね。

今年度もお子様が健やかに、元気いっぱい過ごせますよう、『ほけんだより』を発行いたします。どうぞよろしくお願いいたします。



お知らせとお願い

○登録に必要な書類は、鬼北町役場町民生活課または松野町役場町民課にあります。また、町のホームページからもダウンロードできます。『登録票』『同意書』に必要事項をご記入のうえ、各町役場の窓口へ提出してください。

★登録当日の利用はできません。必ず利用の前日までに登録を済ませてください。

★除去食を希望のお子様は『アレルギー除去食に関する連絡書』が必要です。かかりつけ医により記入してもらい提出してください。

★よろしくお願いいたします★



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、園や学校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、登校園再開の目安を守って、しっかり回復する時間をとってください。

インフルエンザなどの感染症は、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。



熱

- ・前の日に37.5度を超える熱が出ていない
- ・解熱剤を使ってから24時間たっている

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

- ・前日(24時間以内)に、水のような便の出た回数が1回まで
- ・通常の食事を食べても下痢の回数が1日に数回

新年度、こんなサインに注意

新入園・入学のお子さんはもちろん、新しいクラスに進級したお子さんも、新しい環境でがんばっています。新年度は子どもも、体や心の疲れがたまりやすい時期です。

心の不調が体に出ることもあるので、元気のないときは無理をさせないように注意してください。しっかり受け止めてもらったという安心感が、心を安定させます。



こんなときは……

- きげんがよくない
- 朝、ぐずって「行きたくない」と言う
- 体調が悪い



お子さんを受け止めて

- たくさんスキンシップをとる
- がんばったことをたくさん褒める
- よく話を聞く

