

ほけんだより

令和5年 4月 4日

こども未来課保育幼稚園 係

4月号 Tel.53-4083

ほけん目標

園の生活に慣れ、健康にすごそう。



今月のほけん行事

4か月児健康診査 ・ 10か月児健康診査

↓
医(病)院で受けましょう。

1歳6か月児健康診査 ・ 3歳6か月児健康診査

↓
個人通知が届きます。

最近小児科でよくみる病気

インフルエンザに感染する子はみられなくなりましたが、せき症状やかぜによる高熱、胃腸かぜがみられます。

体調をくずしやすい時期です。日ごろから手洗い・手指消毒、うがい等を心がけましょう。

資料提供: 松阪地区医師会ベビーグループ

マスク着用の見直しについて

保育園・こども園・幼稚園は、小中学校と同様に、4月1日から、マスクの着用は、個人の主体的な選択を尊重し、個人の判断に委ねることになります。

本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、個人の主体的な判断が尊重されるよう、こどもについてはすこやかな発育・発達の妨げとならないよう、ご配慮をお願いいたします。

保育園・こども園・幼稚園等の就学前のこどもについては、

- 2歳未満のこどものマスク着用は奨めません。
- 2歳以上の就学前のこどもについても、個々の発達の状況や体調等を考える必要があることから、他者との身体的距離にかかわらず、マスク着用を求めません。
- 基礎疾患がある等の様々な事情により、引き続きマスクの着用を希望する子どもや保護者に対して適切に配慮するとともに、換気の確保等の必要な対策を講じます。

マスクの着用について見直しはされますが、引き続き、

「三つの密」の回避、「人と人との距離の確保」

「手洗い等の手指衛生」、「換気」等、

感染予防対策をお願いいたします。

園においても引き続き、二方向の窓やドアを開けて換気を行う、食事中は大声での会話は控える、向かい合わせに座る場合は一定の距離(1m程度)を確保する等、感染対策を心がけます。

生活リズムを整えましょう。

4月は入園や進級をし新しい環境での生活が始まり、喜びと期待いっぱい、緊張や不安もあり、体調を崩しやすい時期です。まだまだ体力も免疫も弱い子どもたちは、保育園・こども園・幼稚園に通い始めると病気にかかることもありますが、病気をしながら抵抗力をつけて、育っていきます。生活リズムを整えて、病気に負けない体づくりをしていきましょう。

□ 早寝・早起きを心がけましょう

十分な睡眠は、「日中の疲れをとる」「からだの成長を促す」「病気を治す力が増す」ことにつながります。

□ 朝ごはんを食べましょう

朝ごはんを食べると体温が上がり、からだが目覚め、その一日を元気に過ごせます。よく噛んで、脳も活性化させましょう。



□ 朝ごはんの後は、トイレに座るようにしましょう

朝ごはんを食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。朝ごはんの後はトイレに座る習慣を作りましょう。

毎月「ほけんだより」を通じて、子どもたちの健康に関する情報などをお届けしていきます。家庭での健康管理に役立てていただけるとうれしいです。

「病児及び病後児保育」の利用のご案内

松阪市では、総合託児施設「アリス」(大足町・おおはし小児科)、病児・病後児保育施設「ミー」(上川町・安田小児科内科)において、『病児及び病後児保育』を行っています。病気や病気の回復期で、集団保育を受けることが難しいとき、一時的にお預かりしています。利用するためには、年度ごとに事前登録が必要となります。

詳しくは、こども未来課保育幼稚園係、おおはし小児科、安田小児科内科、各園へお尋ねください。

こちらのQRコードまたはURLより、ホームページをご覧ください。

URL <https://www.city.matsusaka.mie.jp/site/youho/byoujibyyougoji.html>

