

ほけんだより 3号

令和3年9月3日
認定こども園
東部川崎保育園
看護師 古塩

暑さが少しづつ和らぎ夏が過ぎようとしています。大人も子どもも夏の疲れが出てくる頃です。秋になると夜は涼しく眠りやすくなり、食欲も出てきます。しっかりと睡眠・食事をとり、保育園でたくさん遊ばしましょう。

感染症に関しましては、6月から7月にRSウイルス感染症が流行しました。そして現在長岡市は、新型コロナウイルス感染症の発生が毎日続いています。咳・鼻水は「いつもと同じ＝感染症でない」ということではありません。今後も毎日の“けんこうチェック”をお願いします。

尚、ホームページの「おしらせ」では日々の欠席情報や感染症の流行状況を更新しています。ご自宅と同じような体調の変化が見られた場合には登園せずにお電話でお知らせください。

今月のテーマ:睡眠



これからの季節はお散歩や外遊びに良い季節になりさらに、保育園ではたくさん身体を動かします。9月末より5歳児さんはお昼寝が無くなります。0歳児～4歳児さんはお昼寝はありますが、時々活動中にあくびをしているお子さんを見かけます。日本の子どもは世界から見ても睡眠時間が短く、寝不足だと言われています。成長ホルモンは入眠1～2時間程度が最も分泌されると言われています。睡眠前のメティアは控え、質の良い睡眠を取りましょう。さらに朝食もしっかりと取ることで元気に過ごすことができますので、子どもが小さなうちは毎日忙しく大変ですがよろしくをお願いします。

秋の健康診断について

対象児童：0歳児～4歳児（5歳児は就学前健診を小学校で行います）

内科健診：10月14日（木） 9：30～

歯科健診：11月11日（木） 9：30～

※新型コロナウイルス感染症の流行状況により変更の可能性もあります。玄関掲示とメールでお知らせをさせていただきます。

※体調不良のお子さんは受けることはできません。

※歯科健診欠席の場合は春の健診同様です。江口歯科クリニックへの受診をお願いします。

病後児保育室からのお知らせ



- 長岡市内で新型コロナウイルス感染症が流行しております。当病後児保育室は新型コロナウイルス感染症のお子さんは利用はできません。家族が濃厚接触者の場合も同様です。新型コロナウイルス感染症の主な症状は熱や咳・鼻水といった「感冒」や「急性上気道炎」など、いわゆる風邪症状です。そのため指
- 導医の指示より、当病後児保育を利用希望の場合は、受診の際に医師連絡票の「その他の指示事項」に「新型コロナウイルス感染症の可能性」の有無の記載
- を主治医にお願いして頂くことになりました。又、当病後児保育室は保育園併設のため解熱剤の座薬挿入や吸入などの処置はできません。病気の子どもの体調の変化はとても大きいです。そのため、受診時に『病後児保育の利用が可能な状態か』を医師に確認をお願いします。