



令和7年10月31日  
社会福祉法人たつみ会  
認定こども園  
柱本保育園  
こども未来学舎

# 11月のほけんだより

落ち葉が赤や黄色に色づいて、お散歩が楽しい季節です。  
子どもたちも自然と触れ合う中で、秋の深まりを感じています。  
衣服をこまめに調節しながら、元気に外遊びを楽しんでいきたいと思います。



## ほけん目標

- 薄着に慣れる
- 感染症に負けない体作りをしよう

## 感染症の季節を乗り切りましょう！

### こんなときは、おうちで様子を見ましょう

インフルエンザやRSウイルス感染症、ウイルス性胃腸炎などの感染症が流行しやすい季節になりました。小さな子どもほど、感染症にかかると進行が早く、重症化するおそれがあります。体調不良のサインがあったら、早めに対応をお願いします。無理せず、ご家庭でゆっくり過ごして様子を見てください。

#### 前日から・・・



#### 24時間以内に

- ①嘔吐が何回かあった
- ②下痢を繰り返す
- ③38度以上の熱があった
- ④解熱剤を飲んだ
- ⑤けいれんを止める薬を使った

#### 夜間に

- ⑥咳が出たり、ゼエゼエしてあまり寝られなかった

熱が出ていなくても、睡眠不足や咳は体力を奪います。



#### 朝に・・・

#### 朝食を食べたら

- ①体温が37.5度以上
- ②平熱より1度高い
- ③吐いた
- ④下痢をした

朝は、通常なら体温が低めです。37.5度を超えている、もしくは平熱より1度高い時は、日中に熱が上がる可能性があります。

#### ちょっとした変化も見逃さないで

- ・目やにがいつもよりひどい
- ・皮膚にポツポツがある
- ・元気が無い、機嫌が悪い
- ・顔色が悪い、くまができています



小さな子どもは、体調をうまく伝えられません。「いつもとちがう」サインを見逃さないようにしましょう。気になる事は、朝、登園時に、職員にご相談ください。

## お知らせ

11月に予定していましたが、  
集団健康検診は、12月に行います。

