



## ご入園 ご進級 おめでとうございます

春の日差しの中、ぴかぴかの笑顔がはじけます。元気いっぱい、楽しい園生活をおくりましょう。

春はうきうきと気持ちが浮き立つ季節ですが、新しい生活リズムに慣れるまでは、とても疲れるものです。疲れから体調をくずさないよう、お家ではゆったりと過ごしましょう。

初めての集団生活が始まると、その時に流行している感染症をもらいやすく、熱が出ることもしばしばです。慣らし保育が終了する頃は、特に注意が必要です。

(※熱が37.5度以上の時と、解熱して24時間経過するまでは、園をお休みしましょう。熱がなくても、体調不良の時はお休みが必要な場合があります。)

## 1、元気に集団生活をおくるため

### ①感染予防につとめましょう

感染対策の基本は、ウイルスをもちこまない・もち帰らないことです。登園したときと帰るとき、せっけんで手をよく洗い、流水で流したあとは消毒をしましょう。

生活リズムを整え、好き嫌いをなく食事をすることも大切です。  
(※食事の前やトイレの後、帰宅した時なども手洗い・消毒をしましょう)

### ②体調が悪い時は受診しましょう

早めに受診してお子さんの不調の原因を知り、適切なケアをしましょう。人から人にうつる病気の時は、お休みが必要となる場合があります。  
(※入園のしおりをお読みください)



## 2、とても大切なうんちのはなし

排便習慣は、小学校入学までに身につけると良いといわれています。

Type 1や2のような便秘傾向の時は、水分を多めにとり、好き嫌いをなく食事をとったり、体を動かしたりしましょう。頑固な便秘の時は、小児科のお医者さんに相談しましょう。

また、下の表のType 6と7にご注目ください。このような下痢傾向の時は、水分や栄養が吸収されずに体を素通りしてしまいます。その結果、脱水状態になることもあります。小さなお子さんにとって、脱水はとても怖いものです。

下痢傾向だと思ったら、休息をとり、早めに受診をしたり、食事を工夫したりしましょう。

(※1日2回以上の水下痢の時は登園を控えましょう。登園してから同様の症状が見られた時は、お迎えをお願いすることがあります。)

また、嘔吐や下痢を起こすノロウイルスやロタウイルスは、しばしば集団感染を起こすことがあり、注意が必要です。

(※感染性胃腸炎と診断された場合は、登園届が必要です)

type 1		便秘傾向	コロコロ便 硬くてコロコロのウサギの糞のような便	遅 ↑↑↑ 消化器官の通過時間 ↓↓↓ 早
type 2			硬い便 ソーセージ状であるが硬い便	
type 3		正常な便	やや硬い便 表面にひび割れのあるソーセージ状の便	
type 4			普通便 表面がなめらかで柔らかい ソーセージ状、あるいは蛇のようなとぐろを巻く便	
type 5			やや柔らかい便 はっきりとしたしわのある柔らかい半分固形の便	
type 6		下痢傾向	泥状便 境界がほぐれて、ふにやふにやで不定形の便	
type 7			水様便 水っぽく、固形物をあまり含まない液体状の便	