



ほけんだより

こども未来局保育・
子育て推進部

令和7年9月1日 大島保育園

プールや水遊びをたくさん楽しんだ子どもたち。残暑も厳しく、そろそろ夏の疲れが出るところです。また、全国的にアデノウイルス感染症が流行っていて、園でも感染が続いている状況です。毎日の生活リズムを整え、手洗いをしっかり行って、元気に過ごせるようにしましょう。

生活リズムを整えましょう

早寝早起き

睡眠は脳や体の発育を促す大切な時間です。睡眠不足になると抵抗力が落ちて病気にかかりやすくなります。夜は9時ごろには布団に入り、朝は7時ごろまでに起きられるとよいでしょう。



朝ごはんを食べる

朝ごはんを食べると体が目覚め、その日1日を元気に過ごせます。

うちは出たかな？

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時間をつくりましょう。



救急の日

9月9日は救急の日です。ケガをした時や具合が悪くなった時にすぐに使えるよう救急箱の準備をしておくとういでしょう。

薬、ガーゼ、テープ、包帯、
つま切り、ピンセット、ばんそ
うこう、体温計、綿棒、
清浄綿、はさみ等



アデノウイルス感染症

目の症状が気になったら、注意！

どちらもアデノウイルスによる感染症です。感染力が強いため、医師の登園許可書が必要になります。

咽頭結膜熱 (プール熱)	流行性角結膜炎 (はやり目)
症状 ・発熱 ・のどの痛み ・目の充血 ・目やに、涙	症状 ・目の充血 ・目やに ・まぶたの腫れ
治療 ・処方された薬を飲む ・水分補給をして脱水予防する ・のど越しのよい食事にする	治療 ・処方された目薬等を使う ・タオルなどの共有をしない ・汚れた手で目をこすらない ・よく手を洗う



8月の感染症

流行性角結膜炎11件 咽頭結膜熱2件
溶連菌感染症2件 突発性発疹1件

9月の保健行事

園医健診 10日
(さくらんぼ組・もも1・2組)



イラスト：メイト