

# ほけんだより

令和4年5月27日（金）  
うえだこども園

さわやかな風が吹く、気持ちの良い毎日です。子どもたちは元気いっぱいにあそんでいます。日中気温が上がり暑くなる日も増えてきました。調節しやすい服装や、水分補給をおこない、健康管理に気を付けていきたいですね。

## 内科検診のお知らせ

5月26日（木）からの変更です

**6月6日（月） 時間 12:45～**

※当日お休みをするお友だちは、日程を調整して後日行います。



## お子さんの体調

### いいかがですか？

ウンチは健康のバロメーター。ぜひうんちの状態を確認してみてください。

下痢や、嘔吐の症状が見られた時には、症状が治まっても、すぐに登園することは控えていただきますようご協力ください。1日様子を見て、食欲がもどってから登園するようにしましょう。



### 心配なうんちは色や形でチェック！

子どものうんちを毎日観察しましょう！ 健康状態を知ることができ、病気の発見につながることもあります。

理想はバナナうんち

コロコロうんち

ビチビチうんち



黄色から茶色でするっと出ます



野菜や水分が足りないみたい



おなかの調子がよくないみたい

### 白、赤、黒いうんちは注意！

酸っぱいにおいの白い下痢便はウイルス性胃腸炎や感染症、赤や黒のうんちは胃腸から出血する病気の可能性があります。すぐに受診を！

### 白っぽい下痢に注意

白っぽい下痢便を特徴とするのが、ロタウイルスやそのほかのウイルスによる胃腸炎。おう吐と下痢によって体の水分と電解質が失われ、脱水症状を引き起こしやすくなります。

#### 症状

- 突然のおう吐や白っぽい下痢便
- 37～38℃の発熱がある場合も（おう吐はない場合もある）

#### ケア

- こまめな水分補給
- 消化のよい食事
- 乳児は下痢便の付いたおむつを持って病院を受診

おう吐と下痢が治まり、いつもどおり食事ができたら、登園できます

