



ほけんだより 12月号

令和7年11月28日
河南町立中村こども園
保健室



12月の保健行事予定

12月 9日(火)

0・1・2歳児発育測定

12月 16日(火)

3・4・5歳児発育測定



今年度、給食のアレルギー対応を受けてい
る方で、次年度も継続して対応を希望される
方は、来年1月初めに更新の書類をお渡しし
ます。期日までに医療機関を受診し、
必要書類の提出をお願いします。

三首を温めましょう

三首とは「首」「手首」「足首」のことです。
これらの部位は、皮膚が薄くさらに太い血管が通
っているため、外気の影響を受けやすく身体の冷
えにつながります。
小さな子どもの使用には、注意が必要な側面もあ
りますが、手袋やマフラー、レッグウォーマーは、
身体を温めるために理にかなったアイテムです。
着衣は薄着で、三首を
温めて寒い冬を乗り切り
ましょう。



一晩で下がる高熱について

子どもは、38～39度の高熱が一晩も経たない間に下がり、何もなかったように元気になることがあります。そのような熱にはどう対応すればいいでしょう？

まず、発熱が起きる原因には、①ウィルスや細菌に感染している②心因的要素③熱中症④その他、のいくつかがあります。

つまり、すぐに下がった熱であっても発熱した理由がある、ということです。

必要な対応としては、まずは感染症を疑い安静にしましょう。次に、

- ① 発熱以外の症状がないか（咳、鼻水、下痢や嘔吐、食欲低下等）
- ② 周囲で流行している感染症や同じような症状がないか

を確認し必要や心配があれば、受診し医師の診断を受けてください。

子どもたちが元気になり、いつも通りに生活できることは嬉しいことですが、当日及び解熱後も数日間様子を見て、普段と違う兆候があれば早めの対応をお願いします。

厚生労働省は、登園を控えるのが望ましい場合として『24時間以内に38度以上の熱が出た場合や、又は解熱剤を使用している場合』と示しています。

園でも、下記の要領で対応を行っています。

- ・登園前に37.5度以上の発熱があれば自宅療養、また保育中であれば早退の連絡をします。
- ・38度を超える発熱がある場合、翌日は自宅療養をお願いします。

※受診は、お子さんの様子によりご家庭での判断をお願いしていますが、感染症の流行状況により園よりお願いする場合があります。ご了承ください

