



# ほけんだより

社会福祉法人  
伊東つくし会  
つくし保育園  
2026年6月

紫陽花の花が雨に映える季節となりました。蒸し暑い日と肌寒い日の寒暖差が激しくなってきました。大人でも体調を崩しやすい時期、子どもたちの体調も日々変化しがちです。子どもたちの少しの変化を見逃さないよう、ゆったりとした時間を大切に過ごしていただければと思います。

**6月は「湿度」「気温」が不安定で体に疲れがたまりやすい時期です。**

蒸し暑さによる隠れ脱水症や熱中症になるリスクがあります。こまめな水分摂取を心がけましょう。また、汗による皮膚トラブルが増えますので、汗をかいたらすぐに拭く、着替えが大切です。夏風邪や感染症が流行し始める時期ですので、食欲がない、眠りが浅いなど小さなサインに気をつけてください。

## こんな時は、と悩んだら（登園の目安）

### 発熱

37.5℃以上は発熱です。解熱剤を使用せず、解熱後24時間以上が経過し食欲があり元気に過ごせている。

### 下痢・嘔吐

下痢や嘔吐が治まって普通便になり、普段通りに水分摂取や食事ができる。

※下痢はおむつ替えやトイレ使用の際に感染を広げてしまうリスクがあり、脱水症状になりやすい。

### とびひ（伝染性膿痂疹）

患部が乾燥しているか、患部がガーゼや包帯で完全に覆われていること。

※患部に触れた手で他の場所に触れると、あっという間に広がってしまいます。水遊びは医師の許可がでるまでお休みとなります。

### ★大切なお願い★

朝は熱がなくても「昨夜熱があった」「下痢をしていた」場合は、登園時にお伝えください。園で体調を崩した際に迅速な対応ができます。判断に迷う場合はお気軽に園までご相談ください。

### プールが始まります

・プールの水質管理と感染予防のために塩素剤を使用します。

・皮膚・目・耳・鼻の病気のある子はかかりつけの先生に相談してください。

・0歳児は個別プールを使用するので塩素剤は使いません。

### 日焼け止め、虫よけについて

園では各クラスにベープを置き、対策をしています。基本的には医師の指示ではない薬を園で塗布はできませんが、虫刺され時に市販のムヒベビーを使用することがあります。使用したくない場合はお知らせください。また、日焼け止めを使用する場合は登園前に家での塗布をお願いします。園での塗布は行いません。夕方、虫よけを使用したい場合はクリーム、ジェル、ミストタイプをお預かりしますので、お声がけください。

### 歯みがき教室（2～5歳）

6/10（水）

10:00～11:00

内科・歯科健診のご協力、ありがとうございました。

医師より、「少し様子を見ましょう」というお話があったご家庭には、個別にお知らせをお渡しいたします。

### 5月の感染症

- ・胃腸炎
- ・中耳炎
- ・溶連菌
- ・風邪
- ・RSウイルス



# ほけんだより

社会福祉法人  
伊東つくし会  
つくし保育園  
2026年6月

紫陽花の花が雨に映える季節となりました。蒸し暑い日と肌寒い日の寒暖差が激しくなってきました。大人でも体調を崩しやすい時期、子どもたちの体調も日々変化しがちです。子どもたちの少しの変化を見逃さないよう、ゆったりとした時間を大切に過ごしていただければと思います。

**6月は「湿度」「気温」が不安定で体に疲れがたまりやすい時期です。**

蒸し暑さによる隠れ脱水症や熱中症になるリスクがあります。こまめな水分摂取を心がけましょう。また、汗による皮膚トラブルが増えますので、汗をかいたらすぐに拭く、着替えが大切です。夏風邪や感染症が流行し始める時期ですので、食欲がない、眠りが浅いなど小さなサインに気をつけてください。

## こんな時は、と悩んだら（登園の目安）

### 発熱

37.5℃以上は発熱です。解熱剤を使用せず、解熱後24時間以上が経過し食欲があり元気に過ごせている。

### 下痢・嘔吐

下痢や嘔吐が治まって普通便になり、普段通りに水分摂取や食事ができる。

※下痢はおむつ替えやトイレ使用の際に感染を広げてしまうリスクがあり、脱水症状になりやすい。

### とびひ（伝染性膿痂疹）

患部が乾燥しているか、患部がガーゼや包帯で完全に覆われていること。

※患部に触れた手で他の場所に触れると、あっという間に広がってしまいます。水遊びは医師の許可がでるまでお休みとなります。

### ★大切なお願い★

朝は熱がなくても「昨夜熱があった」「下痢をしていた」場合は、登園時にお伝えください。園で体調を崩した際に迅速な対応ができます。判断に迷う場合はお気軽に園までご相談ください。

### プールが始まります

・プールの水質管理と感染予防のために塩素剤を使用します。

・皮膚・目・耳・鼻の病気のある子はかかりつけの先生に相談してください。

・0歳児は個別プールを使用するので塩素剤は使いません。

### 日焼け止め、虫よけについて

園では各クラスにベープを置き、対策をしています。基本的には医師の指示ではない薬を園で塗布はできませんが、虫刺され時に市販のムヒベビーを使用することがあります。使用したくない場合はお知らせください。また、日焼け止めを使用する場合は登園前に家での塗布をお願いします。園での塗布は行いません。夕方、虫よけを使用したい場合はクリーム、ジェル、ミストタイプをお預かりしますので、お声がけください。

歯みがき教室（2～5歳）

6/10（水）

10:00～11:00

内科・歯科健診のご協力、ありがとうございました。

医師より、「少し様子を見ましょう」というお話があったご家庭には、個別にお知らせをお渡しいたします。

### 5月の感染症

- ・胃腸炎
- ・中耳炎
- ・溶連菌
- ・風邪
- ・RSウイルス

