



しろくまくんだより

～新生活に向けて～



お子さんの体調を確認する時には目、鼻、耳、口、皮膚、排泄物などチェックしましょう。

顔色

- 顔色がいつもと違う
- 表情がぼんやりしている
- 視線が合わない
- 目つきがおかしい
- 無表情である

目

- 目やにがある
- 赤い
- 腫れている
- まぶしがる

耳

- 痛がる
- 耳だれがある
- 耳を触る

呼吸

- 息苦しそう
- ゼーゼーしている
- 胸がへこむ
- ゴロゴロ音がする

日々の健康チェックリスト



お腹

- 張っている
- 触ると痛がる
- 股の付け根が腫れている

排泄(尿・便)

- 回数や状態(色、硬さ、におい等)がいつもと違う

鼻

- 鼻水が出る
- 鼻詰まりがある
- 小鼻がびくびくしている
- くしゃみが出ている

のど

- 痛がる
- 赤くなっている
- 声がかれている
- 咳が出る

口

- くちびるの色が悪い
- 口の中を痛がる
- 舌がいちごのように赤い

皮膚

- 赤く腫れている
- フツフツがある
- かさかさしている
- 水疱、化膿、出血している

参考:幼保連携型認定こども園共愛館保育園

習慣にしよう!

- お子さんの平熱、知ってますか?
一般的に子どもの平熱は $36.5^{\circ}\text{C}\sim 37.5^{\circ}\text{C}$ とされていますが、個人差があります。毎日決まった時間に検温する事で「いつもの体温」がわかります。平熱を把握しておくことと少しの変化にも気づきやすくなり、病院受診の目安にもなります。
- 日々の小さな習慣がお子さんの体調管理に役立ちます。是非、取り入れてみてね♥



りんく地図

「熱は下がったのに鼻水出てる」

「いつもの様な元気が無くて登園できない」等

お困りの際はお気軽にお問合せください。



NPO法人 唐津市子育て支援情報センター

りんく3階(東城内1-3)

病後児保育しろくまくん<開設時間> 平日 8:00~17:30

TEL:0955-65-7501

しろくまくん
Instagram

