

## 4月の予定



1日(水)	入園式・進級	新しいお友だちが入園します
6日(月)～	身体測定週間	山中看護師が身長体重を測定します 結果はルクミーにてご確認できます メニュー→子ども→成長記録
14日(火)☆	音楽あそび(全園児) & リトミック(くま) 9:45	二宮先生が来て、アンパンマンの歌やクラシックなどを聴かせてくれます
15日(水)	わらべうた(全園児) 9:45	みき先生がわらべうたあそびを伝承してくれます
16日(木)☆	誕生会 10:00	誕生児をみんなでお祝いします
22日(水)	避難訓練(火災)	給食室から出火したと想定して向かいのちびっこ広場まで避難します
23日(木)☆	子どもの日の集い 10:00	お仕事がお休みの方はぜひご参加ください 参加希望の方は担任まで

☆印は地域の親子があそびに来ます

### ご入園・ご進級おめでとうございます

桜の便りと共に、8名の子どもたちを迎えて総勢24名の子どもたちと、21名の職員でこばと保育園の新年度がスタートしました。進級した子どもたちにとっても出会いの春ですね。

新しいクラス、新しい担任、新しい生活に慣れるまで、お家の方も心配かと思えます。不安な事、困ったことがあれば担任に相談してくださいね。

### 芦屋こばと福祉会



#### 保育目標

心を開く 豊かな遊び  
 友達作り 遊び合い  
 自立を促し 先取りしない  
 自然との触れ合い 大切に  
 個性を生かす一人一人のカリキュラム

#### 食育目標

食べるのが大好きなこども



芦屋こばと福祉会の  
 保育目標と  
 食育目標です

こばと保育園は異年齢クラスになっています。異年齢で過ごす日や時間もあれば、グループ(年齢ごと)で過ごすこともあります。特に1歳児は月齢差が大きいので子どもたちの様子を見ながら、夏～秋頃より1歳児同志の交流もスタートしていきたいと思っています。

## ご入園・ご進級おめでとうございます

暖かい日が少しずつ増え、だんだん春らしくなってきました。  
子どもたちはこれから始まる生活にわくわくドキドキしていることでしょう。  
今年度も子どもたちに色々な食材を知ってもらい、1つでも多く好きなものを見つかるお手伝いが出来るよう、給食室一同、協力して安心して安全な給食を作っていきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願いいたします。



### こばと保育園の 給食について



こばと保育園では、子どもたちが元気に健康に大きくなることを願って給食を作っています。  
栄養価を満たすことはもちろんですが、身体も心も育まれるようにという願いを込めて、  
こだわりをもって作っています。

### 食育目標：～食べるのが大好きな子ども～

- ・食べる楽しさを知る
- ・食材を知る
- ・食べたいもの好きなものが増える



### こだわり

- ◎給食とおやつ・牛乳を用意し、1日の栄養量の50%程を保育園で摂取します。
- ◎一汁三菜を基本とし、和食中心に季節に合った食材を使い、旬の味を楽しめるようにしています。
- ◎味や鮮度のほかに添加物や農薬に気を付けて食材を選んでいます。
- ◎毎朝、鰹・昆布・いりこだしを取り、薄味を基本とし素材の味を引き出します。
- ◎年間計画をたて、様々な食育を取り入れています。

### 給食掲示

給食室の棚に、その日の給食・おやつ・離乳食を現物で掲示しています。  
子どもたちが食べている大きさや量も見ていただき、子どもたちとその日の給食についてお話していただけたらと思います。お迎えの時にお子さんと一緒にぜひご覧ください♪  
ホームページでは主に季節の行事食や園のイベントに合わせて給食につきを更新しています。  
合わせてご覧ください。



### 他にも・・・

- ☆毎日出来立てのおいしさ  
園では子どもたちの食べる時間に合わせて、おいしい給食を作ります。
- ☆年齢に合わせた調理方法  
子どもたちが無理なくおいしさを味わえるように、食べ物の大きさや形、硬さにこだわって給食を作っています。
- ☆食育だより、ブログ  
外の掲示板に「こばと給食」を毎月掲示し、日々の食育や行事食などをブログに都度掲載しています。  
掲示板、園のホームページをぜひご覧ください♪

### 給食室の紹介

園庭の砂場の横が給食室です。  
かわいいプレートが目印です♪  
お家で困っている事、園の給食のことなど気になることがありましたら、お気軽にお声がけください♪



❖私たちがお待ちしております❖  
やの先生（栄養士）  
うえだ先生（調理師）  
おく先生（調理師）

### 朝ごはんを食べよう!

朝ごはんは1日のスタートです！  
朝起きた時の身体はエネルギー不足で、体温も低い状態です。朝ごはんを食べることで体温が上がり、眠っていた脳や身体にスイッチが入ります。  
朝から大変！・・・というときは、ラップに包んだおにぎりと、野菜や豆腐など具たくさんのスープやお味噌汁など♪  
お友だちとたくさん活動できるように、朝ごはんをしっかり食べましょう！





# 4月の給食こんだて



芦屋こばと保育園  
2026年 4月

日曜日	献立名	材料	おやつ名	材料
1 15	ごはん 鮭の塩焼き 高野豆腐の含め煮 白菜とリンゴの甘酢 野菜スープ	ごはん さけ 食塩 高野豆腐 人参 干椎茸 しらたき 醤油 砂糖 みりん 白菜 きゅうり 人参 りんご 酢 砂糖 塩 木綿豆腐 チンゲン菜 大根 わかめ 醤油	1日：フルーツヨーグルト 15日：お菓子 牛乳 1日：お菓子 15日：フルーツ	ヨーグルト 砂糖 いちご みかん缶 りんご
2	木 ごはん 豚肉の生姜焼き 新こぼろのおかかきんぴら☆ 大根ともやしの酢の物 野菜スープ	ごはん 豚肉 玉ねぎ 生姜 砂糖 みりん 醤油 酒 油 こぼろ 人参 れんこん しらたき かつお節 しょうゆ 砂糖 みりん ごま油 大根 もやし 人参 きゅうり コーン 酢 砂糖 塩 木綿豆腐 白菜 椎茸 わかめ 醤油	レーズン蒸しパン 牛乳 フルーツ	米粉MIX 砂糖 レーズン 豆ごぼろのおにぎり
3 17	金 五目うどん じゃがいもの天ぷら☆ トマト ブロッコリーの和え物	ゆでうどん 鶏肉 木綿豆腐 小松菜 大根 人参 椎茸 万能ねぎ 醤油 塩 じゃがいも 片栗粉 上新粉 油 トマト ブロッコリー もやし きゅうり 人参 醤油 砂糖	牛乳 フルーツ	ごはん うすいえんどう 寒塩 昆布
4 18	土 ケチャップライス さつま芋の煮物 トマト マカロニサラダ 野菜スープ	ごはん 玉ねぎ ワインナー 人参 ヒーマン ケチャップ 油 砂糖 さつま芋 レーズン 砂糖 醤油 トマト マカロニ キャベツ 人参 きゅうり ハム コーン マヨネーズ 醤油 砂糖 ほうれん草 キャベツ 玉ねぎ 油揚げ 醤油	お菓子 牛乳 フルーツ	
6 20	月 ごはん 鯉の竜田揚げ さつま芋の甘煮 白菜のツナ和え お味噌汁 野菜カレー	ごはん 鯉 片栗粉 砂糖 みりん 醤油 酒 油 さつま芋 砂糖 醤油 白菜 きゅうり 人参 ツナ 砂糖 醤油 木綿豆腐 キャベツ 大根 椎茸 味噌 ごはん 豚ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ ヒーマン カレールウ 油 醤油 片栗粉	牛乳 フルーツ	メロンパントースト
7 21	火 大根のゆかりスティック☆ トマト ひじきのサラダ	大根 ゆかり 食塩 醤油 トマト ひじき きゅうり キャベツ コーン マヨネーズ 砂糖	牛乳 フルーツ	ロールパン 米粉 砂糖 バター
8 22	水 筍ごはん さわらの西京焼き 金時豆煮 チンゲン菜の胡麻和え 野菜スープ	ごはん 筍 人参 油揚げ 醤油 酒 さわら 味噌 みりん 金時豆 砂糖 チンゲン菜 キャベツ 人参 ツナ 醤油 砂糖 コマ 木綿豆腐 かぼちゃ えのき 玉ねぎ 醤油	お菓子 牛乳 フルーツ	
9 30	木 ごはん オムレツ 人参の甘煮スティック☆ 春雨の中華サラダ 野菜スープ	ごはん 卵 鶏ミンチ チンゲン菜 玉ねぎ 人参 しめじ 醤油 砂糖 油 ケチャップ 人参 砂糖 春雨 白菜 きゅうり 人参 ツナ缶 コーン 醤油 酢 砂糖 ごま油 ごま 木綿豆腐 じゃが芋 小松菜 えのき 醤油	9日：オレンジケーキ 30日：お菓子 牛乳 フルーツ	米粉MIX 牛乳 砂糖 バター マーマレード
10 24	金 ごはん 鮭のコーンマヨ焼き じゃが芋と人参の煮物 アスパラのゆかりあえ お味噌汁	ごはん 鮭 クリームコーン缶 コーン マヨネーズ じゃが芋 人参 しめじ いんげん 昆布 砂糖 みりん 醤油 アスパラ 白菜 もやし ちくわ ゆかり 砂糖 醤油 木綿豆腐 ほうれん草 玉ねぎ 舞茸 味噌	10日：レーズン蒸しパン 24日：オレンジケーキ 牛乳 フルーツ	米粉MIX 砂糖 レーズン 米粉MIX 牛乳 砂糖 バター マーマレード
11 25	土 ツナ海苔炒飯 じゃが芋のおかか煮 トマト きゅうりの酢の物 野菜うどんスープ	ごはん ツナ 人参 玉ねぎ しめじ 海苔 醤油 ごま油 じゃが芋 醤油 みりん かつお節 トマト きゅうり もやし 白菜 ちりめんじゃこ わかめ 酢 砂糖 塩 ゆでうどん 油揚げ 人参 白菜 しめじ 醤油	お菓子 牛乳 フルーツ	
13 27	月 ごはん 鯖の照り焼き ひじきの炒り煮 キャベツの昆布和え お味噌汁	ごはん さわら 醤油 みりん 砂糖 酒 ひじき 人参 しらたき 油揚げ 干し椎茸 枝豆 砂糖 醤油 みりん ごま油 キャベツ きゅうり もやし 人参 塩昆布 醤油 砂糖 木綿豆腐 チンゲン菜 玉ねぎ わかめ 味噌	13日：お菓子 27日：さくらもち 牛乳 フルーツ	白玉粉 米粉 砂糖 水 小豆 砂糖 油 いちご
14 28	火 ぶりかけごはん 鶏肉のごま味噌焼き 切干大根の旨煮 菜の花の中華和え おすまし	ごはん 鯉ぶりかけ 鶏肉 味噌 みりん ごま 切干大根 人参 油揚げ 干椎茸 しらたき 醤油 砂糖 みりん 菜の花 キャベツ きゅうり 人参 醤油 砂糖 酢 ごま油 焼き海苔 木綿豆腐 もやし 小松菜 しめじ 醤油	14日：レーズン蒸しパン 28日：お菓子 牛乳 フルーツ	米粉MIX 砂糖 レーズン



今月のフルーツは、いちご、オレンジ、りんごです。



## ～行事食～

16 木 誕生日会	炊き込みごはん 鶏肉の照り焼き かぼちゃのいとこ煮 はるさめサラダ 野菜スープ	ごはん 人参 こぼろ えのき ツナ缶 醤油 鶏肉 醤油 砂糖 酒 みりん かぼちゃ 小豆 砂糖 醤油 はるさめ 人参 きゅうり キャベツ ハム コーン マヨネーズ 醤油 砂糖 木綿豆腐 小松菜 えのき わかめ 醤油	にんじんケーキ 牛乳 フルーツ	米粉MIX 砂糖 バター 牛乳 人参
23 木 子どもの日	こいのぼりごはん チーズハンバーグ トマト アスパラとキャベツのサラダ 野菜スープ	ごはん 筍 油揚げ 醤油 人参 ハム チーズ きゅうり 海苔 豚ミンチ 木綿豆腐 玉ねぎ 片栗粉 ケチャップ 味噌 醤油 チーズ トマト アスパラガス キャベツ きゅうり 人参 コーン マヨネーズ 醤油 砂糖 さつま芋 油揚げ えのき もやし 醤油	こどもの日クッキー 牛乳 フルーツ	米粉MIX 砂糖 バター かぼちゃ ココアパウダー 粉糖

※都合により献立、材料を変更することがあります。

☆マークはカミカミメニューです。 毎日嚙・昆布だしを使っています。

\*小麦アレルギー食について\*

ハンの日ーごはん(おにぎり) うどんの日ーごはん+うどん≐の汁 て対応しています。



# ☆離乳食献立☆



芦屋こぼと保育園  
2026年 4月

※この献立は後期食を目安にしています。それぞれの子どもの成長段階に合わせて調節します。  
 ※段階に合わせ、人参と大根の煮野菜スティックが付きまます。※食材は、ご家庭で食べたことのあるもののみ、使用します。  
 ※はちみつと黒砂糖は使用禁止(乳児ボツリヌス菌予防のため)としています。※おやつは後期食からになります。  
 ※後期食スープのだし汁は( )の中の食材からとっています。中期食はかつおだしのスープになります。食材の進み具合により調節します。  
 ※( )の中の食材は後期食でのみ使用します。

日曜日	献立名	材料	おやつ名	材料
1 15	白がゆ	ごはん	1日：人参の煮物 15日：お菓子	人参 だし汁
	鮭の野菜あんかけ	鮭 チンゲン菜 だし汁 片栗粉 (醤油)		
	じゃが芋の煮物	じゃが芋 だし汁		
	煮野菜	大根 人参 だし汁		
2	野菜スープ	白菜 だし汁 (木綿豆腐 チンゲン菜 大根 わかめ 醤油)	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	お菓子	
	豚ミンチの野菜あんかけ	豚ミンチ 玉ねぎ だし汁 片栗粉 (ケチャップ)		
	かぼちゃの煮物	かぼちゃ だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
3 17	野菜スープ	きゅうり だし汁 (木綿豆腐 白菜 椎茸 わかめ 醤油)	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	大根スティック	大根 だし汁
	豆腐の野菜あんかけ	豆腐 小松菜 だし汁 片栗粉 (醤油)		
	じゃが芋の煮物	じゃが芋 だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
4 18	野菜スープ	トマト だし汁	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	お菓子	
	キャベツの旨煮	キャベツ だし汁 片栗粉		
	さつま芋の煮物	さつま芋 だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
6 20	野菜スープ	ほうれん草 だし汁	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	お菓子	
	白身魚の野菜あんかけ	白身魚 白菜 だし汁 片栗粉 (醤油)		
	さつま芋の煮物	さつま芋 だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
7 21	野菜スープ	きゅうり だし汁 (木綿豆腐 キャベツ だいこん 椎茸 味噌)	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	人参スティック	人参 だし汁
	豚ミンチの野菜あんかけ	豚ミンチ キャベツ だし汁 片栗粉 (ケチャップ)		
	じゃが芋の煮物	じゃが芋 だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
8 22	野菜スープ	トマト だし汁	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	お菓子	
	豆腐の野菜あんかけ	木綿豆腐 チンゲン菜 だし汁 片栗粉 (醤油)		
	かぼちゃの煮物	かぼちゃ だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
9 30	野菜スープ	キャベツ だし汁 (小松菜 えのき 玉ねぎ 醤油)	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	9日：大根の煮物 30日：お菓子	大根 だし汁
	鶏の野菜あんかけ	鶏ミンチ 玉ねぎ だし汁 片栗粉 (ケチャップ)		
	かぼちゃの煮物	かぼちゃ だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
10 24	野菜スープ	きゅうり だし汁 (木綿豆腐 じゃが芋 小松菜 えのき 味噌)	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	さつま芋の煮物	さつま芋 だし汁
	鮭の野菜あんかけ	鮭 白菜 だし汁 片栗粉 (醤油)		
	じゃがいもの煮物	じゃがいも だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
11 25	野菜スープ	ほうれん草 だし汁 (木綿豆腐 ほうれん草 玉ねぎ 椎茸 醤油)	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	お菓子	
	たまねぎの煮物	たまねぎ だし汁 片栗粉		
	さつま芋の煮物	さつま芋 だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
13 27	野菜スープ	しめじ だし汁	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	13日：お菓子	
	豆腐の野菜あんかけ	豆腐 キャベツ だし汁 片栗粉 (醤油)		
	かぼちゃの煮物	かぼちゃ だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
14 28	野菜スープ	きゅうり だし汁	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	14日：こぶき芋 28日：お菓子	じゃが芋 だし汁
	鶏ミンチの野菜あんかけ	鶏ミンチ 小松菜 だし汁 片栗粉 (ケチャップ)		
	さつま芋の煮物	さつま芋 だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
16 木	野菜スープ	キャベツ だし汁 (木綿豆腐 もやし 小松菜 しめじ 醤油)	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	さつま芋のミルク煮	さつま芋 ミルク (ほほえみ)
	鶏ミンチの野菜あんかけ	鶏ミンチ キャベツ だし汁 片栗粉 (醤油)		
	かぼちゃの煮物	かぼちゃ だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
23 木	野菜スープ	小松菜 だし汁 (木綿豆腐 小松菜 えのき わかめ 醤油)	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	大根の煮物	大根 だし汁
	豚ミンチの野菜あんかけ	豚ミンチ キャベツ だし汁 片栗粉 (醤油)		
	さつま芋の煮物	さつま芋 だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
子 も 日	野菜スープ	トマト だし汁 (さつま芋 油揚げ えのき もやし 醤油)	フルーツ	



今月のフルーツは、りんごです。



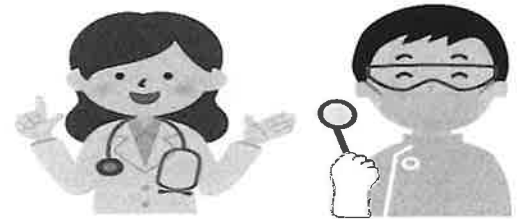
16 木	白がゆ	ごはん	さつま芋のミルク煮	さつま芋 ミルク (ほほえみ)
	鶏ミンチの野菜あんかけ	鶏ミンチ キャベツ だし汁 片栗粉 (醤油)		
	かぼちゃの煮物	かぼちゃ だし汁		
	煮野菜	大根 人参 だし汁		
23 木	野菜スープ	小松菜 だし汁 (木綿豆腐 小松菜 えのき わかめ 醤油)	フルーツ	
	白がゆ	ごはん	大根の煮物	大根 だし汁
	豚ミンチの野菜あんかけ	豚ミンチ キャベツ だし汁 片栗粉 (醤油)		
	さつま芋の煮物	さつま芋 だし汁		
煮野菜	大根 人参 だし汁			
子 も 日	野菜スープ	トマト だし汁 (さつま芋 油揚げ えのき もやし 醤油)	フルーツ	

※都合により献立、材料を変更することがあります。

ご入園・ご進級、おめでとうございます。新しい環境、お友だちに囲まれて、期待がふくらむ一方で、ちょっと不安な気持ちがあるかもしれませんね。何をするにも健康が基盤になります。早寝早起きを心掛け、生活のリズムを崩さない生活を続けましょう。

お世話になる  
園医の先生方です

園医の先生方はお子さんの健康を守るために、健康診断のほかにさまざまなサポートをさせていただきます。



小児科医 (内科健診)	ひよこキッズクリニック 民田永理医師 ☎22-1450
歯科医 (歯科検診)	にしき歯科医院 錦和彦医師 ☎23-6430

<感染症について>

感染症が疑われる場合は、必ず医療機関で診断を受けてください。

保育園は集団で長時間生活する場です。感染症の拡大を防ぐためにも、感染症にかかった場合は必ず「保育園生活が可能か」どうか確認のうえ、主治医の指示に従ってください。

○医師の意見書が必要な感染症

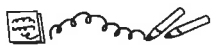
\*登園意見書が有料になる場合がありますので、ご了承下さい。

感染症名	主な症状	登園のめやす
麻疹（はしか）	発熱・特有の発疹	解熱後3日を経過してから
風しん	発熱・赤い発疹・リンパ節の腫れ	発しんが消失してから
水痘（水ぼうそう）	発熱・全身に粟粒大の発疹	すべての発しんが痂皮化してから
流行性耳下腺炎 (おたふくかぜ)	耳の下の腫れ	耳下腺、顎下腺、舌下腺の腫脹が発現してから5日を経過するまで、かつ全身状態が良好になるまで
結核		医師により感染の恐れがないと認めるまで
咽頭結膜熱（プール熱、アデノウイルス感染症）	発熱・咽頭炎・結膜炎	主な症状が消え2日経過してから
流行性角結膜炎	充血・まぶたの腫れ	感染力が非常に強いため結膜炎の症状が消失してから
百日咳	発熱・独特な咳	特有の咳が消失するまで又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療を終了するまで
腸管出血性大腸菌感染症 (O157、O26、O111等)	無症状・激しい腹痛・下痢・血便	症状が治まり、かつ、抗菌薬による治療が終了し、48時間をあけて連続2回の検便によって、いずれも菌陰性が確認されたもの
急性出血性結膜炎	眼の充血・目やに	医師により感染の恐れがないと認めるまで
髄膜炎菌性髄膜炎		医師により感染の恐れがないと認めるまで

○保護者が記入した登園届が必要な感染症

病名	主な症状	登園の目安
インフルエンザ	発熱・咳・頭痛・嘔吐・下痢	発症した後5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過するまで
新型コロナウイルス感染症	発熱・呼吸器症状・頭痛・倦怠感 消化器症状・鼻汁・味覚異常	発症した後5日を経過し、かつ解熱した後1日を経過するまで

\*登園意見書、登園届は、ホームページより印刷してください。園にも用意しています。



## 毎朝の体調チェック!



園では毎朝、登園してきた子どもたちの健康観察を行っています。

ご家庭でも、登園前など、次のようなポイントで、体調チェックを行ってみてください。

### ★きげんは?★

いつもより元気がない、食欲がないなど、いつもと違うようすが見られたら、要注意。体調が悪いためか、心理的なものなのか、原因を探りましょう。

### ★顔色・表情は?

顔が赤い、青白いといった場合は、発熱していたり、体調を崩していたりすることが多いので、検温してみましょう。

### ★熱、せきは?★

顔がほてっている、手が熱いという場合は検温を。咳だけで、熱がなく元気なときは、しばらく様子を見ます。

### ★体の動きは?★

いつもと比べて、足取りが重い、だるそう、というときは、子どもにどこかぐあいが悪いのか、聞いてみましょう。ことばで訴えることのできない子どもの場合は、検温などをチェックしたうえで、その日1日注意して見守るようにします。



### ★肌の状態は?★

いつもない発しんが見られたら、検温し、熱があれば病院へ。そのときはやっっている感染症があれば、特に注意して症状をみましょう。

### ★便や尿のようすは?★

毎朝、排尿・便の確認をしましょう。また、トイレに行く前につらそうな表情をしたり、何度も行く、時間がかかる、という場合は、いっしょにトイレに行き、状態を確認しましょう。

### ★子どもの言葉は?★

「気持ち悪い」「疲れた」「眠い」「寒い」「暑い」といった言葉が聞かれたら、熱を測り、よつすを観察します。少したってから熱が上がることもあるので、注意してください。

## 登園の判断基準 (参考: こども家庭庁 保育所における感染症ガイドライン 2018年改訂版)

	登園可能	控えるのが望ましい
熱の時	<ul style="list-style-type: none"> <li>24時間以内に38℃以上の発熱がない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>24時間以内に解熱剤を使用している</li> <li>食欲がなく、元気がない</li> <li>朝食・水分がとれていない</li> </ul>
嘔吐の時	<ul style="list-style-type: none"> <li>水分摂取ができ、食欲がある</li> <li>24時間以内に複数回の嘔吐がない</li> <li>感染症の恐れはないと診断された</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>嘔吐にともない、いつもより体温が高め</li> <li>食事や水分をとると嘔吐がある</li> </ul>
下痢の時	<ul style="list-style-type: none"> <li>24時間以内に複数回の水様便がない</li> <li>食事や水分をとっても下痢がない</li> <li>感染症の恐れがないと診断された</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>24時間以内に複数回の下痢がある</li> <li>朝、機嫌が悪く、元気がない</li> <li>排尿がない</li> </ul>
咳の時	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>前日夜間、咳のために目覚める</li> <li>ゼイゼイ音やヒューヒュー音、呼吸困難がある</li> <li>少し動いただけで咳が出る</li> </ul>
発しんの時	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>発熱とともに発しんがある</li> <li>口内炎がひどく食事や水分が摂れない</li> <li>発しんが顔面等にあり、患部を覆えない</li> <li>浸出液が多く、他児への感染の恐れがある</li> <li>かゆみが強く手で患部を掻いてしまう</li> </ul>

### こどもの救急 (ONLINE-QQ)

日本小児科学会監修の「こどもの救急」(<https://kodomo-qq.jp/>)では、休日や夜間などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安を確認することができます。対象年齢は生後1か月から6歳です。子どもの症状別に具体的な項目をチェックすると「おうちで様子を見ましょう」、「自家用車・タクシーで病院に行く」、「救急車で病院に行く」の3種類の判断の目安や看病のポイントなどが表示されます。



お子さんが充実した園生活を送ることが出来るよう、心やからだの健康面をサポートさせていただきます。お困りごとや不安がありましたら気軽に声をかけてください。よろしくお願いたします。看護師 山中