



11月ほけんだより



松山市 保育・幼稚園課
令和7年度 第8号

秋から冬へとバトンタッチする季節です。ほくほくの焼き芋が美味しい季節となり、きのこやカボチャ、柿など多くの食べ物が旬を迎えています。栄養豊富な旬の食べ物を美味しく頂きながら、バランスのとれた食事を心がけ、寒い冬を乗り越えましょう。

インフルエンザの出席停止期間について

学校保健安全法で
出席停止期間が決まっています。

「発症（熱が出て）から5日経過している」
「解熱してから3日経過している」
（小学生以上は、解熱から2日経過している）

この両方を満たしていることが必要です。

- ・園児が、感染症と診断を受けた場合は、必ず園にご連絡ください。
- ・同居のご家族が、感染症の場合も、お子さんの健康管理に役立てたいと思いますので、職員にお知らせください。

感染拡大防止のため、ご協力よろしくお願いします。

	発症		発症後5日間(登園停止期間)					発症後5日を経過		
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	
発症後 1日目に 解熱した場合	 発熱	 解熱	1日目 2日目 3日目				 登園可			
発症後 2日目に 解熱した場合	 発熱	 発熱	 解熱	1日目 2日目 3日目				 登園可		
発症後 3日目に 解熱した場合	 発熱	 発熱	 発熱	 解熱	1日目 2日目 3日目				 登園可	
発症後 4日目に 解熱した場合	 発熱	 発熱	 発熱	 発熱	 解熱	1日目 2日目 3日目			 登園可	



健診を受けましょう



健康診査は、お子さんの成長・発達を確認することができる大切な機会です。健康診査のお知らせの通知が届いたら、受診するようにしましょう。

【R7年度の幼児健診】



お子さんのことについて、相談できる機会が健診です。

1歳6か月児健康診査	対象：令和5年9月～令和6年8月生まれ 通知：1歳6か月になる月 期間：2歳の誕生日前日まで
3歳児健康診査	対象：令和3年10月～令和4年9月生まれ 通知：3歳5か月になる月 期間：4歳の誕生日前日まで
5歳児健康診査	対象：令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ 通知：令和7年4月 回答期限：令和7年12月26日(金) <u>一次健診(質問票)に必ず回答しましょう。</u>

5歳児健康診査はなぜあるの？

楽しく安心して小学校に通う環境を整えるために、成長・発達の面から、何か心配なことや困っていることがないか、確認させてもらい、相談もできるのが5歳児健康診査です。

【問合せ】

松山市子ども家庭センター すくすく支援課
幼児健診担当 TEL：089-911-1813



健康な歯を保つためには歯みがきがとても大切です。
「食べたらかみがく」を基本に1日1回は、お子さんの歯を見てあげるようにしましょう。

《仕上げみがきのポイント》

- ・膝の上に寝かせるなど、口の中が見やすく、みがきやすい姿勢で行いましょう。
- ・“ゴシゴシ”力を入れず、優しくみがきましょう。
- ・奥歯の溝や歯と歯の間、歯茎との境目などむし歯になりやすい場所を注意して短時間でみがきましょう。
- ・上唇の内側にあるスジ（上唇小帯）に歯ブラシが当たると痛いので気をつけましょう。

11月8日は「いい歯の日」

定期的に歯科受診をしましょう。



園で使用している歯ブラシ、コップ洗っていますか？

- ・歯ブラシには、食べかすなどがたまっていることがあります。持ち帰ったらご家庭で、歯ブラシ、コップを洗うようにしましょう。
- ・園で使用している歯ブラシも、定期的に交換するようにしましょう。

