



めぐみほけんだより

学校法人亀井学園
令和8年6月発行

今の時期は急に暑くなったり肌寒い日があったりと体調を崩しがちです。
バランスの良い食事や睡眠をしっかりとって、元気に過ごしましょう。

雨の日の身支度 ここをチェック

雨の日は視界が悪くて交通事故の危険があります。
子どもが動きやすく、扱いやすい雨具を選んでください。
また、いつもより時間に余裕を持つと安心です。

レインコートは

- 手が自由に動かせるよう、袖が長すぎないものがよいでしょう。

長靴は

- 大きすぎると脱げやすく、重いと動きにくいので、軽くてぴったりのものがよいでしょう。

傘は

- 先端がとがっていないものがよいでしょう。
- 体に合った大きさのものがよいでしょう。
(就学前のお子さまは45cmくらいが適切です。)
- 持ち手はデザインより持ちやすさを重視します。
大きすぎる、細すぎるものは避けましょう。

※雨具は目立つ色で、軽く、動きやすいものがおすすめです



プール・水遊びが始まります

子どもたちが大好きな夏がやってきます。園では気温や湿度、熱中症情報を見ながら、安全に配慮して水遊びを始めます。水遊びは、意外と体力を消耗するため、夜は早めに寝かせるなど、疲れを残さないようお願いします。園でも子どもの体調をよくみていきますが、朝、体調があまりすぐれない時はプール・水遊びを控える等、健康管理をしていただくと同時に担任までお知らせください。

その他、腹痛・下痢をしている時、皮膚の状態が悪い時（水いぼ・とびひ・傷の化膿やただれなど）の症状がある時も、プール・水遊びを控える等、健康管理をしていただくと同時に担任までお知らせください。

子どもたちが、安全に水遊びを楽しめるよう、ご協力をよろしくお願いします。

- 手足の爪は短く切りましょう。
- 髪の長い子は、ゴムで結びまとめましょう。



目安を守って、元気に登園しよう

具合が悪いときは、受診して、医師に登園可能か確認しましょう



インフルエンザなどの感染症は、登園再開の目安が決まっています。診断を受けたら、園にご連絡ください。



熱

- ・前の日に37.5度を超える熱が出ていない
- ・解熱剤を使ってから24時間たっている

おう吐

- ・前日（24時間以内）におう吐がない
- ・食べたり飲んだりしても吐かない

下痢

- ・前日（24時間以内）に、水のような便の出た回数が1回まで
- ・通常の食事を食べても下痢の回数が1日に数回