

ほけんだより

まだまだ暑い日が続いていますので、引き続きこまめに水分補給などを行い熱中症に気をつけましょう。また、夏の疲れが出やすくなる時期です。ゆっくりとお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるなどして体調を崩さないように気をつけましょう。



【防災週間です】



8月30日～9月5日は防災週間。9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。事故や災害はいつどこで起きるか分かりません。保育所では、火災・地震などを想定し毎月避難訓練を実施しています。ご家庭でもこの機会に、災害に備えて避難場所や連絡方法の確認、また防災グッズの見直しなどをしてみてはいかがでしょうか。

◇チェックポイント◇

- ・ 子どもの手が届く場所に置いてはいけないもの
(薬、洗剤、たばこ、ポットや炊飯器、子どもが飲み込める大きさの物)
- ・ 踏み台になるものはベランダに置かない
- ・ 遊び食べに注意(食物が喉に詰まるリスクがある)
- ・ 歩きながらの歯磨き
- ・ 浴室は子ども一人では勝手に入れないよう工夫を
- ・ 少しの時間だからと子どもだけで乗せたまま車から離れない



◇救急箱の点検を◇

- 滅菌ガーゼ □三角巾 □包帯 □絆創膏
- ピンセット □体温計 □綿棒 □はさみ
- 塗薬 □冷湿布 など..

いざという時にすぐに取り出せるよう、必要なものをそろえておくと安心です。期限の切れた薬品などの入れ替えや、よく使う物の補充をしておきましょう。

病気やケガで受診すべきか迷う時、救急処置については日本小児科学会のHP『こどもの救急』等を参考にしたり、
〈小児救急電話相談 #8000〉 〈救急相談センター #7119〉 に相談してみましょう。



あせものをいせごう

おでこやひじ、首のまわりなど、汗がたまりやすく、皮膚がこすれる場所にできやすくなります。アトピー性皮膚炎がある子は、症状が悪化することもあるので注意しましょう。

- ① 薄着が大切です
- ② 吸湿性の良い肌着がおすすめです
- ③ 汗をかいたら着替え、なるべくタオルでふいたり、シャワーで流すなどして肌を清潔にしましょう

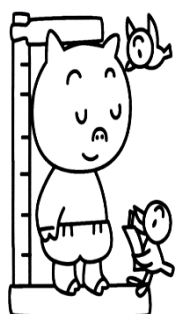
～手足口病に注意～



現在、都内で大流行している手足口病。手や足、口の中、お尻や皮膚の柔らかい部分に赤く小さな発疹や水疱ができます。あせものように見えて実は手足口病だったという報告もあります。

手足口病は子どもだけでなく大人にも罹患します!! 接触感染のため兄妹間での飲み物の共有や、口に入れたおもちゃなども感染源となるので気を付けましょう。治った後も、2～4週間は便にウイルスが排出されるのでしっかりと手洗いを行いましょう。

普段通りの食事ができるようになれば登所は可能です。



9月の身体測定

- ひよこ組：8日 りす組：9日
- あひる組：7日 うさぎ組：2日
- ぞう組：7日 きりん組：6日

☆ 乳児健診：8日 9:30～

8月は新型コロナウイルス感染症、夏かぜ、発熱や咳などの症状でお休みする子が多くいました。保育所は集団生活です。体調がすぐれない際には、無理をせずご家庭での経過観察をお願いいたします。

みさと保育所での報告はありませんが、手足口病やヘルパンギーナなども全国的に流行しているようです。大人も罹る感染症です。引き続き感染症対策を行っていきましょう。