

ほけんだより

残暑が残りますが、元気に暑い夏を過ごした子どもたちも、そろそろ夏の疲れが出るころです。1 日の気温差が大きくなるこの時期、毎日の体調の変化にご注意ください。ゆっくりとお風呂に入り、たくさん睡眠をとるなどして体調を崩さないようにしましょう。

【防災週間です】

《 9 月 1 日は防災の日 》

事故、地震や台風などいつどこで起こるか分かりません。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、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。

非常用持ち出しに入れておきたいもの（例）

- ・ 懐中電灯
- ・ 保存食や水
- ・ 電池
- ・ ラジオ
- ・ 救急セット
- ・ 雨具（レインコートなど）
- ・ 軍手や靴下
- ・ 使い捨てカイロ など



これ以外に必要なものはいざという時のために準備しておきましょう。

《 9 月 9 日は救急の日 》

0～6 歳の子どもの事故の約 40%は家の中で起こっているようです。家の中を安全・安心な場所にするために、もう一度家の中を確認してみてください。

～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、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な工夫
- ・ 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



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。



～RSウイルス感染症～

8 月に入りひよこ組での感染報告がありました。年齢が低いほど重症化しやすく、呼吸が苦しかったり、気管支炎や肺炎などの合併症を起こすこともあります。咳がひどい時には早めに病院を受診するようにしましょう。

せきがひどいときには…

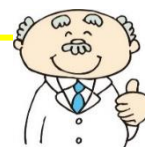
- 上半身を高くすると呼吸が楽になります。
- 水分を少しずつゆっくり飲ませてみましょう。



あせも をふせこう

おでこや首のまわり、お腹や背中、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。

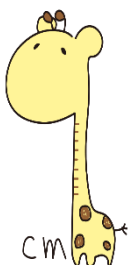
- ① 薄着が大切です
- ② 吸湿性の良い肌着がおすすめです
- ③ 汗をかいたら着替え、なるべくタオルでふいたり、シャワーで流すなどして肌を清潔にしましょう



9 月の身体測定

ひよこ組：11 日 りす組：9 日
あひる組：10 日 うさぎ組：5 日
ぞう組：11 日 きりん組：4 日

★ 乳児健診：11 日 9：30～



8 月はりんご病、溶連菌感染症、手足口病など様々な感染症の報告がありました。日中はまだ暑さが残りますので、真夏と同様に起床時や、保育所に来る前、遊びの前後など引き続き水分補給を行い、熱中症に気を付けましょう。

熱がなくても嘔吐や下痢など体調の変化がある場合には、様子をお伝えするために、お知らせの連絡をしたり、お迎えをお願いする場合があります。ご理解とご協力をお願いいたします。