

ほけんだより



#

今年も異常な暑さな上にコロナ対策で体はへとへとですね。まだまだ日中は暑いですが段々と気温差もでて体調管理が難しい時期になります。手洗いうがいをしっかりと十分な栄養と睡眠、こまめな衣類調整を心がけましょう。 # 看護師 松坂美奈子#

9月9日は救急の日

###子どもは思わぬ行動をします。危ない物はないか部屋の中を子供の目線で点検し救急時の対応を確認しておきましょう。乳幼児の事故による死亡要因をみると0才児では不慮の窒息が過半数を占め1~4歳児では交通事故や溺水などが目立ちます。

<窒息> 小さいものに注意！玩具の部品、口に入れていて破れたビニールやシールで窒息した事故もあります。もち、パン、ご飯、飴、ナッツ類やぶどう、ミニトマトなどの食べ物も要注意です。詰まったらすぐに救急車を呼び、頭を下にして背中を強く叩き吐きださせましょう



<誤飲> 煙草や薬、洗剤などを手の届くところに置かない！電池や灯油・除光液など飲み込んだら吐かせてはいけないものもあります。
*日本中毒情報センター等を参考にしましょう

<転落> ベランダや窓のそばに踏み台になる物を置かない！ベッドやプランターなども危険です。トイレや洗濯機、風呂を覗き込んで転落し溺死した事故もあります。

その他病気やケガで受診を迷う時、救命処置などは日本小児科学会のHP「子どもの救急」等を参考にしたり東京消防庁救急相談センター#7119へ相談してみましよう。

朝ごはんは必ずたべましょう

連日猛暑のため外へも遊びに行けず涼しい部屋の中で過ごしていても熱中症気味のお子さんが増えています。暑さで食欲や体力も落ちておりさらに睡眠中に脱水気味となっているので朝は必ず水分と朝食をとってから登園しましょう。#



下着について#

以前は下着を必ず着る様をお願いしていたクラスもありましたが、平均気温も昔より上がりマスクもしているため熱中症になりやすく体温がこもりやすいので着なくても可です。今は肌着でなくても吸汗速乾の衣類が増えていますので1枚でも可ですが素材選びには気をつけましょう。またこれからの季節は衣類調整のためにも園に予備を置いておきましょう。#

感染症情報 8/4~9/1

とびひ 3名 胃腸炎 1名
水痘 1名 突発性発疹 1名

保健行事

月初 身体測定(身長・体重)
9/24 乳児健診日