



保健だより



2019年 9月

さくらの郷みらい保育園
みらいつぼみ保育園

先月は気温の高い日が続き、台風も多く、気圧の変化や気温により体調を崩す子どももいました。9月もまだまだ気温の高い日や台風の季節が続きます。無理せず楽しく毎日を過ごしていけたらいいですね。

救急の日

9月9日は9(きゅう)と9(きゅう)の語呂合わせで「救急の日」です。ご家庭に救急箱の用意はありますか？いざという時にすぐ取り出せるよう、必要な物を揃えておくと安心です。また、これを機会に防災グッズの中の救急用品も見直しましょう。どちらも時々の中身をチェックして、期限の切れた薬品の入れ替えや、よく使う物の補充などをおきましょう。

救急箱の中身リスト

- 消毒液 ガーゼ(大・小) ガーゼをとめるテープ
- 包帯 三角巾 はさみ 綿棒 とげ抜き
- 絆創膏・キズパワーパッド(大・中・小とあると便利)
- ピンセット 体温計 湿布(冷・温両方あるといい)
- 虫刺されの塗り薬 虫よけ剤 ポケットティッシュ
- ウェットティッシュ ポリ袋 外用薬
- 大人用の胃腸薬・風邪薬・解熱剤等 爪切り 等



防災の日

9月1日は防災の日。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。また、お子様にも火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにしましょう。

災害に備え、家族で確認したいこと

- ・非常用の持ち出し品の準備
リュックの中には非常時の持ち物を詰めておきましょう
- ・避難する場所
避難場所がどこなのか、そこまでの経路を確認しておきましょう
- ・地震で倒れやすいものがないか
棚の上に置いてある物は下ろし、背の高い家具など倒れそうな物は固定するなどの工夫をしましょう。
- ・家族がはぐれた場合の連絡方法
はぐれた時の待ち合わせ場所や緊急連絡先は常に確認し、その上で書いたものを身に付けるようにしましょう。



おうちの中にも事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- 子どもの手の届く場所に置いてはいけない物
 - ・薬 ・洗剤 ・たばこ ・ライター ・ポット ・炊飯器 ・包丁などの刃物
 - ・針 ・子どもが飲み込める大きさの細かい物 等
- マンションの場合、ベランダに1人で出ないような工夫をする
- コンセントなどをいたずらできないようにする
- 遊び食べに注意する(食べ物が喉に詰まることがある)
- 浴室には子ども1人で勝手に入れないよう工夫する



予防接種について

定期的な予防接種はスケジュール通りお済みですか？予防接種は予防接種を受けることで免疫が作られ、感染症の発症や重篤化を予防することができます。又、集団の中で感染症患者が出て、多くの人が予防接種を受けて免疫を持っていれば、広がりを防ぐことができます。まだ未熟な子ども達を守るために、もう一度母子手帳を見直し、受けてない予防接種がありましたら受けていただきたいと思います。

