

保健だより 9月号



新渡戸文化子ども園

2021.9.1

保健室 丹野・新田



朝夕と日中の気温の差が大きくなり、夏の疲れも出やすくなる時期です。ゆっくりお風呂に入り、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付け、2学期からも元気に過ごしましょう！ご家庭での手洗い、うがい、消毒も引き続き実施していきましょう。

暑い？ 寒い？ 何を着よう？

9月。暦の上では秋ですが、まだまだ暑い日が続きます。お子さんの服選びのポイントは…



汗 対策に下着は必須

汗をかいたままにしておくと、かぜや皮膚炎などの原因になることも。汗を吸う素材のものを選びましょう。



秋のオシャレは重ね着で

朝晩は急に冷え込むことがあるので、体調を崩してしまうかもしれません。脱ぎ着しやすいもので上手に調節を。

声 かけが学びのチャンス

「これで体のきれいを守ってくれるよ」「少し涼しいから上着を着ようね」と、理由や必要性をわかりやすく説明してあげましょう。自分で考えるきっかけになりますよ。



9月の保健行事

9/16(木)

ぱんだ組

2歳児健康診断

9月9日は救急の日

【子どもに多い怪我への応急手当】

☆擦り傷・切り傷☆

- ・傷口を流水でよく洗い流します。
- ・傷を清潔なガーゼなどで押さえて止血します。
- ・バンドエイドなどで傷を保護します。

※出血が続く時、傷口が深く大きい時、化膿した時などは病院を受診しましょう

☆爪や爪の周りのけが☆

・傷口を流水でよく洗い流し、清潔なガーゼなどで傷を覆います。(爪がはがれた時は、そのまま爪を元に戻します)

※爪がはがれて痛む時、爪が大きく欠けて出血した時、化膿したときなどは病院を受診しましょう

【子どもの急な病気で困ったときに】

小児救急電話 #8000 は家庭で保護者がどうしたらいいかを中心に

#7119 は緊急受診の必要性に照準を合わせて話をしています。

9月1日は防災の日

もしもの時に備え、ぜひ家族全員で確認してください。

【非常時の持ち出し品の準備】

リュックなどの中に、非常食や水、ラジオ、懐中電灯など非常時の持ち物を用意しておきましょう。

それぞれ、賞味期限や消費期限の確認も忘れずに！

【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いつも身に着けるようにしましょう

【災害用伝言ダイヤル】171



《お願い》

・子どもたちの毎日の生活の中で、「いつもと様子が違う」小さな気づきが病気の早期発見・予防に繋がります。お子様の体調が優れないときや、咳・発熱などの症状がある時は、無理をせずお家でゆっくり過ごしましょう。

・ご家族の中に体調不良の方がいらっしゃる場合にも、相応のご配慮をよろしくお願いいたします。

感染対策を行いながら対応して参りますので、引き続きご協力をお願いいたします。