

ほけんだより

R03-9月号 no.251



— 9月9日は救急の日です —

8月は梅雨のような長雨、局所的な豪雨、酷暑日と、近年のお天気は例年、という言葉が使えないような毎年違う夏のような気がします。毎日、新型コロナウイルス感染症の報道がなされ、医療の逼迫に何とかならないかと気を揉むことが多いです。これからの時期は夏の疲れが出たり、季節の変わり目でアレルギー体質のお子さんは症状が出現することもあります。睡眠をしっかりとり、三食きちんと食べて生活のリズムを取り戻しましょう。



がつ にち きゅうきゅう ひ
9月9日は救急の日

救急車を

- ① 電話で119番 ➡ ②「救急車です！」と告げる
- ➡ ③家の所在地、目標物を知らせる
- ➡ ④どんな状態かいつ、どこで、だれが、どのようにして、どうなったか
- ➡ ⑤自分の電話番号、名前

こ じ こ よ ぼう 子どもの事故を予防しましょう

家庭内で事故を防ぐためにも日頃から身のまわりをチェックしておきましょう。

- 薬や洗剤、たばこなどの出しっ放し、子どもの手に届くところにおいていませんか。(誤飲)
- ポットや炊飯器を子どもの手の届くところに置いていませんか。(熱傷)
- ベランダに踏み台になるものを置いていませんか。(転落)
- 刃物は子どもの手の触れないところにしまってありますか。(受傷)
- 食べ物を食べさせながら遊ばないようにしていますか。(誤嚥、窒息)
- 浴室は子どもが一人で勝手に入れないようにしていますか。(溺水)
- コンセントガードなどでプラグの差込口を塞いでいますか。(感電)

※子どもの低い目線に合わせて家の中を点検してみましょう。



う ん ど う あ そ ふ え て 運動遊びが増えてきます — け が に 注 意 —

来月には運動会が予定されています。運動にケガはつきものですが、ちょっとした注意で防ぐことができます。

- ①準備運動をする。
- ②靴は足のサイズに合ったものをはかせる。かかとを踏んで履かない。サンダルはつま先をけがしやすいので避ける。動きやすい服装で、着替えを多めに用意する。
- ③手足の爪を切っておく。曜日を決め、見てあげてください。爪が長いと危険です。(ひと自分も)
- ④髪は目にかからないよう、短くするか、しばっておく。
- ⑤早寝早起きをこころがける。朝、起きるのが遅く、体が十分に目覚めないうちに活動にはいるとケガをしやすい。以上を気をつけて運動しましょう

が っ げ ん き 8月はみんな元気だったかな？

8月は これといった感染症も流行せず、単発で胃腸かぜ、鼻かぜ、発熱でお休みというお子さんが一日あたり2,3人という状況でした。ですが、とびひで常に数名症状があり、また全身に拡がり長期にお休みしたお子さんもありました。昨夏より多い印象です。手洗い等、手指衛生には気をつけているので体力が低下気味なのかなと心配です。