



ほけんだより・9月

令和2年9月1日
四つ木なかよし保育園
看護師

元気いっぱい夏を過ごした子どもたち。まだまだ暑い日が続きます。夏の疲れが出やすくなる時期でもあり、たっぷり睡眠をとり、ゆっくり休養する日を作るなどして、体調を崩さないように気を付けましょう。



9月1日は「防災の日」です。

いざという時に備えて、ぜひ家族全員で確認をしてください。

<非常時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。

<地震で倒れやすい物がないか>

棚の上に置いてある物は下ろし、倒れそうな物など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>

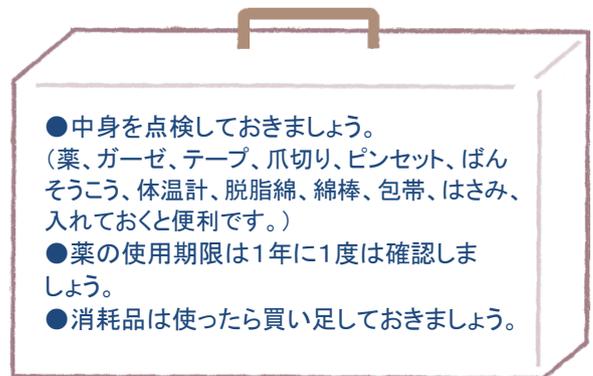
はぐれた時の待ち合わせ場所や緊急連絡先はいつも身に付けるようにしましょう。



9月9日は「救急の日」です。



ご家庭に救急箱はありますか？お子さまがけがをしたり、具合が悪くなった時にすぐに使えるように準備しておきましょう。



- 中身を点検しておきましょう。
(薬、ガーゼ、テープ、爪切り、ピンセット、ばんそうこう、体温計、脱脂綿、綿棒、包帯、はさみ、入れておくと便利です。)
- 薬の使用期限は1年に1度は確認しましょう。
- 消耗品は使ったら買い足しておきましょう。

こども医療電話相談事業【#8000事業】とは

★保護者の方が、休日・夜間のこどもの症状にどのように対処したら良いのか、病院を受診した方がよいのかなど判断に迷った時に、小児科医師・看護師に電話で相談できるものです。

★この事業は全国同一の短縮番号#8000をプッシュすることにより、お住まいの都道府県の相談窓口に自動転送され、小児科医師・看護師からお子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や受診する病院等のアドバイスを受けられます。

ウェブサイト「こどもの救急」

夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安を提供しています。

対象年齢：生後1カ月～6歳までのお子さん

室内の温度調整

室内にいても熱中症になることがあります。クーラーをじょうずに使って温度調整をしましょう。扇風機も一緒に回すと、空気が循環して、室内の温度が一定に保たれます。また、お昼寝の際には、室内でも日陰になる場所を選び、クーラーや扇風機の風が子どもの体に直接あたらないよう、工夫しましょう。乳児のお昼寝の場合は、時々手足を触るなどして、冷え過ぎていないかどうかチェックしましょう。



●今月の0歳児健診(もも組)

9月9日(水) 10:30～

体調不良時はお休みをよろしくお願ひします。

●8月の欠席状況理由

発熱・咳・鼻水・腹痛