



ほけんだより 9月号

令和2年9月1日
さんいく保育園有明
看護師

元気いっぱい暑い夏を過ごした子どもたち。外に出ればまだまだ汗ばむ季節が続きますが、少しずつ秋の訪れを感じ始めます。夏の疲れが出やすい時期になりますが、しっかりと休息をとり元気に1日を過ごしましょう。



防災週間 (8/30~9/5)



9月1日は防災の日。9月9日は救急の日。もしもの時に備え、ぜひご家庭で緊急物品の確認をしてみてください。非常食や水の期限やラジオやライトの電池は大丈夫ですか？足りないもの、破損しているものはありませんか？年に1度、この機会に中身を見てみましょう。

保育園では月に1度、避難訓練を実施しております。ご家庭でもお子さまに火事や地震が起こった時のために、日頃から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話しておきましょう。また、災害時の避難場所やそこまでの経路、どのような行動をとるのか家族で話し合い、緊急時に備えるようにしましょう。

◇おうちの中は大丈夫ですか？

おうちの中にも事故やけがにつながる危険な場所があります。以下の点に注意しましょう

- 子どもの手の届く場所に危険なものはありますか？
(薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもの誤飲になるもの)
- ふみ台になるようなものはベランダにありますか？
- コンセントなどはいたずらできないようにしましょう
- 遊び食べに注意する(のどに詰まらせないように)
- 浴室に子どもが1人で入らないようにする



◇救急箱はありますか？

お子様がけがをしたり、具合が悪くなった時にすぐ使えるように準備しておきましょう。中身は薬、ばんそうこう、ガーゼ、テープ、消毒薬、とげぬき、爪切り、体温計、綿棒などがあればいいですね。
※薬の期限や消耗品の残量に注意しましょう

足に合った靴の選び方

子どもの足は常に発達していき、大人の足になるには16~18歳ころといわれています。特に成長が著しい幼児期に足に合った靴を履かないと足が変形しやすくなり、そこから姿勢が悪くなったり、足の機能が不完全になったりと多くの弊害が生じます。

子どもの足はすぐに大きくなるため、大きめサイズを購入される方も多いとは思いますが、子どもの1サイズは大人だと3~4サイズほどの違いがあったりします。3~4か月に1度くらいは靴を新調するといいかもかもしれません。

おすすめの選び方

- 足の甲の高さを調節できるもの
(マジックテープや紐で止められるもの)
- つま先が広く厚みのあるもの
- つま先が少し反りあがっているもの
- かかと部をしっかり支えるもの
- 足が曲がる位置で靴も曲がること
- 適度に弾力があるもの



お知らせ

現在、お預かりしている医療証が9月末で有効期限切れとなります。新しい医療証が届きましたら、健康保険証と医療証のコピーをお持ちください。9月末までに必ず提出をお願いいたします。現在お預かりしているものとお取替えさせていただきます。よろしくお願いたします。

