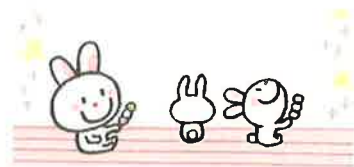




9月 保健だより

2023年 さんいく保育園清澄白河



残暑の中にも少しずつ虫の声が聞こえ、秋の気配も感じるようになりま
した。夏の疲れが出やすく、気候の変化で体調を崩しやすい時期です。
ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるなどして残暑を乗り切り、元氣
に過ごしていきましょう。

8月30日～9月5日までは防災週間です！



防災の日

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食や水、ラジオ、懐中電灯
などを用意しておきましょう。



〈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〉

棚の上など高いところに物を置いていませ
んか？高い所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。



- * 食料・飲料・生活必需品などの備蓄は、3日間×人数分を用意しましょう。
- * 災害時は携帯電話の回線がつながりにくくなるので、『災害用伝言ダイヤル:171』、『災害用伝言板』などのサービスも利用しましょう。
- * 火災や地震が起こったらどのように行動したらいいか(煙を吸わずに逃げる方法、地震の時は机の下に隠れるなど)をお子さまと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。

お家での事故やけがを防ぎましょう！

お家の中にも、事故やけがを招く危険な場所が
たくさんあります。事故を防ぐため確認しましょう。



- * 子どもの手の届く場所に置いてはいけないもの
(薬、洗剤、たばこ、ライター、ボタン電池、ポット、炊飯器、包丁などの
刃物、針、ナッツ類、子どもが飲み込める大きさの細かいものなど)
- * 踏み台になるものは、ベランダや窓周辺に置かない
- * 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 (食べ物が喉に詰まることある)
- * 浴室は子ども1人で勝手に入れないよう工夫する

この中に入るものは
お口に入れられます！
(直径4cm以内)

緊急時の受診について

- * 急な病気やけがなどで救急車を呼ぶべきか、
受診したほうがよいかなど迷った時は、『救急相談センター: #7119』に
電話し、ご相談下さい。
- * 休日や夜間の急な病気やけがで、どのように対処したらいいか、受診した方
がいいかなど迷った場合は、『小児救急でんわ相談: #8000』に電話し、ご
相談下さい。先日お配りした、『土曜・休日、平日夜間急病診療案内』も併せて
ご参照下さい。

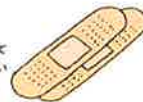


救急箱の中身、 チェックしてますか？

CHECK!

絆創膏

けがをした部位に合わせて
選べるよう、形やサイズをい
くつか用意しておくとう
便利です。



はさみ

救急箱専用にし
ておくとう
衛生的で
安心です。



体温計



ガーゼと 医療用テープ

傷口を保護したり、薬を
塗った上にかぶせたりして
使います。個包装の滅菌タ
イプが使いやすいですよ。



毛抜きや ピンセット

皮膚に刺さったと
げを抜いたりするの
に使います。



常備薬

(虫よけ、
かゆみ止め、
けのう止めなど)



★ご家庭に救急箱はあ
りますか？お子さまが
けがをしたり、具が
悪くなった時にすぐ
使えるように準備し、
1年に1回は中身を
チェックしましょう。

* 0歳児健診: 9月13日(水) 9時半～

* 身体測定: ひよこ組 19日(火) あひる組 12日(火) うさぎ組 11日(月)
ひつじ組 20日(水) ろば組 13日(水) はと組 22日(金)

