

ほけんだより 9月

2018年9月3日
緑の家保育園

猛暑日が続いた8月でした。例年にない暑さのため暑さ指数も考慮し熱中症予防を行いつつ、プールや沐浴など水遊びを楽しく安全に実施する事ができました。8月、風疹が首都圏で流行しています。当園での発生はありませんが、30代後半から50代の男性の予防接種が呼びかけられています。風邪や原因がわからない高熱を出す子ども出てきています。夏の疲れも出やすくなる時期なので、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つけましょう。

防災週間（8月30日～9月5日）

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、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。

また、お子さまにも火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、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、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。緑の家でも月に1回、さまざまな災害等を想定して避難訓練を実施していますが、ご自宅でもご家族で万が一の場合、どうするのか話し合っておきましょう。

おうちの中にも事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- 子どもの手の届く場所に置いてはいけない物
（薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など）
- 踏み台になる物はベランダに置かない
- コンセントなどをいたずらできないようにする
- 遊び食べに注意する（食べ物が喉に詰まることがある）
- 浴室には子ども1人で勝手に入れないよう工夫する

〈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。



《保健室からのお願い》

**新しい医療証がお手元に届きましたら、
コピーをして9月中に提出をお願いします。**



現在お預かりしている医療証の有効期限は9月いっぱいです。園での緊急時の受診の際に必要なになりますのでコピーの提出を出来るだけ早めにお願いたします。

また、現在お預かりしている医療証のコピーは、個人情報となりますので、園で責任を持ってシュレッター処分させていただきます。

救急の日

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をしておきましょう。

- 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、は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。



秋は薄着の服装で

9月も後半になると肌寒く感じる朝が増え、ついつい子どもに厚着をさせたくくなります。

しかし、本格的な寒さを迎える前のこの時期に薄着の習慣を付けておけば、かぜを引きにくい体になります。外気を肌で直接感じることで自律神経が整い、病気への抵抗力が高まるからです。

“大人より1枚少なめ”を目安に、薄手の衣服を重ねるなどして、じょうずな体温調節を行いましょう。



保育園からの緊急時の連絡について

現在緊急時の連絡先をうかがっていますが、出張や研修などで連絡先が変わる場合は、必ず保育園に連絡が取れる先をお伝えしていただいでから出勤するようお願いいたします。