

ほけんだより 9月

令和5年9月 石畑保育園

9月13日は鶺鴒鳴といわれ、暦の上ではセキレイが鳴き始める頃とされています。セキレイはもともと冬鳥ですが、昭和になってから全国で見られるようになり、今では、1年中鳴き声を聞くことができます。街中でも見かける身近な鳥なので、「チチン チチン」とかわいく鳴く声に耳を傾けてみましょう。

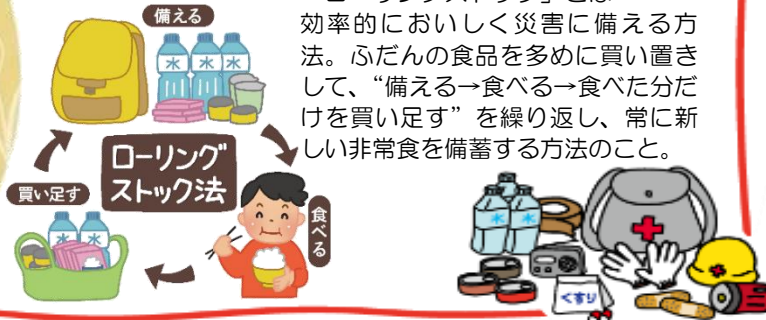
9月1日は

防災の日

9月の保健行事

- ・9月5日(火) 0歳児健診
- ・発育測定予定日
- ひよこ(14日) あひる(19日)
- りす(21日) うさぎ(15日)
- ばんだ(20日) きりん(22日)
- ★発育測定日は、都合により変更になります。ご承知ください。

非常用品は備えていますか？
近頃、大雨など自然災害によるニュースが多く聞かれます。もしもの時に備え、すぐに取り出せるよう、決まった場所に用意しておきましょう。



「ローリングストック」とは…
効率的においしく災害に備える方法。ふだんの食品を多めに買い置きして、「備える→食べる→食べた分だけ買い足す」を繰り返し、常に新しい非常食を備蓄する方法のこと。

救急の日

9月9日は



救急箱の用意はありますか？いざという時にすぐ取り出せるよう、必要な物を揃えておきましょう。中身は普段使うものを、清潔な入れ物に入れておけばOKです。

救急相談お役立ち情報

- ・「困ったときの強い味方 (#8000)」
急な発熱でぐったりしていて心配…頭をぶつけたけど病院で診てもらったほうがいい？など、お子さまの急病や怪我のことで困った時、たよりになるのが「小児救急電話相談」
小児科医師、看護師からお子さまの状態に応じた適切な対処法や受診する病院についてのアドバイスを受けます。
- ・こどもの救急 (ONLINE-QQ)
<http://kodomo-qq.jp/index.php>
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の判断基準を提供しているサイトです。
- ・「救急車を呼ぶべきか判断に迷ったら (#7119)」
東京消防庁救急相談センター (24時間・年中無休)

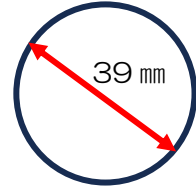
救急箱の中は…

滅菌ガーゼや薬は使用期限があるので、1年に1回は中身をチェックしましょう。

- CHECK!
- 絆創膏
 - はさみ
 - 体温計
 - ガーゼ
 - 毛抜き
 - 常備薬
 - 医療用テープ
 - ピンセット

家の中の事故を防ぎましょう

子どもにとって安心して過ごせる家の中が、じつは事故の危険の高い場所だということをご存じでしょうか？子ども家庭庁(厚生労働省「人口動態調査」)の統計によると0~6歳の子どもの事故の40%は、家の中で起こっていると報告されています。家の中で起こる事故はさまざまですが、特に命にかかわるのが、窒息です。0歳児が圧倒的に多いものの、1歳児、2歳児でもゼロではありません。家の中を安全・安心な場所にするために、もう一度チェックしましょう。



小さいものはしっかり管理!

子どもの口の大きさは約4cm。これより小さなものは、子どもの手の届かないところに保管しましょう。ボタン電池、ナッツ類、たばこ、薬など、身近なものでも飲み込むと危険なものはたくさんあります。

リビングなど



ソファやベビーベッドから落ちたり、たばこを飲み込んだりといった事故がよくあります。

キッチン



炊飯器や電気ポットなど、調理器具によるやけどが多い場所。

浴室



浴槽に落ちる、入浴中にちょっと目を離れたすきにおぼれるなど、水の事故の危険があります。

ベランダ



台などの上昇して手すりを越える事故が、3歳以降に急増します。危険なものがないかチェックしましょう。

転んで、落ちて… 頭を打ったときのケア

赤ちゃんや子どもは転んだり落ちたりして頭を打つことがよくあります。その時に怖いのが、頭蓋骨内でじわじわと出血して、時間差で症状が出ること。頭を打ったら、注意深く様子を見てあげましょう。

すぐ病院へ!

- ・繰り返し吐く
- ・意識がもうろうとして、呼びかけても反応しない
- ・手足の動きがいつもと違う、左右差がある
- ・目の瞳孔の大きさが左右で違う
- ・打ったところが陥没している、出血がひどい
- ・ぐったりしている
- ・顔色が悪い

左の項目に当てはまらないときは次の点を守って、数日間注意して様子を見ましょう。

- ・当日はお風呂に入らず、静かに過ごしましょう。
- ・頭蓋内で出血していた場合、入浴して血行がよくなることで症状が進みます。
- ・症状が出てきたらすぐに受診する
- ・夜、寝ている時の様子もチェックする。

- ・少しずつ顔色が悪くなる
- ・吐き気がする、吐く
- ・手足の動きがおかしい
- ・意識を失う、呼びかけても起きない

★頭を打った時に症状として現れやすい時間帯は、すぐ症状が出る4時間内、ゆっくり症状が出る48時間内が目安です。頭を打ってすぐCTを撮っても出血が小さくて画像に映らないこともありますので、時間と併せた経過観察が大切です。

