

残暑は厳しいものの、朝夕の心地よい風に秋の気配を感じるようになりました。日中はまだ汗ばむことも多く、これから寒暖の差も出てきますので、こまめに着替えたり、衣服の調節をしたりして快適に過ごせるようにしていきたいですね。

防災週間（8月30日～9月5日）

9月1日にちは防災の日、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。

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す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に工夫する



豆知識 覚えておくと便利な番号

110番や119番以外にも、役立つ番号はいろいろあります。

#8000 小児救急電話相談



休日・夜間の急な子どものケガや病気について、小児科医から緊急度の判断などのアドバイスを受けられます

#9110 警察相談専用電話



110番するほど緊急ではない、日常生活での困ったこと、警察への相談に

189 児童相談所共通ダイヤル



虐待通報の番号として知られていますが、子育てについての相談にも

171 災害用伝言ダイヤル



災害時に利用できる声の伝言板

9月9日は救急の日です

ご家庭に救急箱はありますか？この機会に中身の点検してみましょう。いざという時に必要なものがすぐに取り出せるように準備しておきたいですね☆

薄着の習慣は「秋」からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたいくなりますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく」!

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもは1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。