



# ほけんだより

まだまだ残暑が続きますが、朝・夕は過ごしやすい日が増えてきました。  
元気いっぱい夏を過ごした子どもたち。夏の疲れが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しましょう。

新型コロナだけでなくインフルエンザにも注意を  
インフルエンザの感染が増えてきているようです。  
ご家庭でも、手洗い・うがいを習慣化しましょう。  
発熱・風邪症状がある場合は早めの病院受診をよろしくお祈いします。

## 9月9日は救急の日です。

家の中での事故を防ぎましょう。

0～6歳の子どもの事故の40%は、家の中で起こっています。  
家の中で起こる事故はさまざまですが、特に命に関わるのが窒息です。0歳児が圧倒的に多いものの1・2歳児でもゼロではありません。  
家の中を安心・安全な場所にするために一度チェックしてみましょう。

### 子供の口の大きさは

約4cm

トイレットペーパーの芯の直径とほぼ同じ

直径約4cm

### 球状チェッカー

直径39mm

球状チェッカーの中に  
通れるものは  
飲み込む危険があります。



図1 背部叩打法（乳児）



図2 背部叩打法変法  
（少し大きい子）



図3 ハイムリック法（年長児）

## 9月1日は防災の日

9月1日は「防災の日」です。

災害が起きた時の被害を最小限にするためにも日頃の準備や対策が大切です。家の中や周りの点検・非常用袋のチェックなどをします。

食料や水などの備蓄品は最低3日分準備します。災害に備えて家族で準備しておきましょう。

小さいお子さんがいる場合はオムツやミルクの準備も忘れずに。

## 8月の園児休み報告

美童保育園

発熱 3名・4日休み

育心こども園

発熱 14名・23日休み

鼻水・咳 6名・8日休み

下痢・嘔吐 2名・4日休み