



ほけんだより 9月号

令和3年9月1日
すくすくどろんこの会
よしかわ杜の保育園
統括看護師：山口 友恵
看護師：小薬 智子

少しずつ朝夕は過ごしやすくなりますが、まだ残暑は続きます。気温差で体調を崩しやすく、夏の疲れが出てくる頃です。しっかりと睡眠をとるようにしましょう。

また、暑さがやわらぎ、外遊びの時間が増えると、擦り傷などのけがも多くなりやすいです。9月9日は「救急の日」です。おうちの救急用品の見直しや応急手当の方法の確認をしておきましょう。

家の中の事故を防ぎましょう

安心して過ごせる家の中が、実は事故の危険の高い場所だということをご存じですか？

0～6歳の子どもの事故の約40%は、家の中で起こっています。

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てみてください。

転落・誤飲

リビングなど

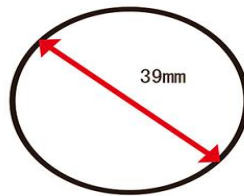
- ・ソファ、ベビーベッドも注意。
- ・たばこや電池等は届かないところへ。



キッチン

やけど

- ・熱い調理器具や湯気が危険。



子どもの口の大きさは約4cm！
これより小さなものは誤飲や窒息の可能性があります。

家庭での事故で、特に命にかかわるのが**窒息**。0～3歳の子どもで特に注意が必要！

子どもは直径6～20mmのものでも**窒息する危険があります。**

ビー玉やブロックなどは子どもの手の届かないところに保管しましょう。



転落・溺水

- ・踏み台になるようなものを置かない。
- ・目を離さない。

ベランダ



浴室



転んで、落ちて…… 頭を打った ときのケア

すぐ病院に！

一つでも当てはまる場合

- 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ちがう、左右差がある
- 目の瞳孔の大きさが左右でちがう
- 打ったところが陥没している、出血がひどい

左の項目にあ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、静かに過ごさせる
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
- 夜寝ているときの様子もチェックする
睡眠中に意識障害を起こす可能性もあるので、寝返りを打つか、声をかけたら反応するかなどを見ます。



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



救急箱の中身、 チェックしてますか？

救急箱の中身に決まりはありません。普段使うものを、清潔な入れ物に入れておけばOK。ただし、滅菌ガーゼや薬は使用期限があり、テープ類は古くなると粘着力が弱くなります。
1年に1回は中身をチェックしましょう。

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。



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しょう。



毛抜きやピンセット

皮膚に刺さったものを抜いたりするのに使います。



常備薬

(虫よけ、かゆみ止め、化のう止めなど)



！やけどに注意！

やけどをしないよう、予防や環境調節をしましょう！

《やけどの予防》

- ・手の届く所に、アイロンやヘアアイロンを置かない
- ・テーブルクロスを敷いている場所に、熱い物を置かない
(子供が引っ張って危険なため)
- ・ポットや炊飯器等、蒸気のでるものを手の届く所に置かない
- ・ガスコンロやグリルのガラス窓に近づけない
- ・ストーブやヒーターの周りにガードを置く
- ・ホットカーペットや電気毛布の電気を入れたまま寝かさない
- ・車やバイクのマフラーには触れない

《万が一やけどをしてしまった時の対応》

- ・流水で15～20分間冷やしましょう(凍ったもので冷やすと凍傷の恐れがあるためやめましょう)
- ・水ぶくれや皮膚が赤くなった場合は、水ぶくれはつぶさないようにし、形成外科や皮膚科を受診しましょう

《保育園の対応》

- ・清潔が保てない、感染の兆候がある場合、お預かりが難しい場合があります。その都度、ご相談させていただきます