

ほけんだより

2022年 9月
友田 保育園

今年の夏は、猛暑が続きました。

これから少しずつ涼しくなるでしょうが、朝夕と日中の気温の差が大きく体調を崩しやすくなります。規則正しい生活リズムとバランスのとれた食事で体調を整え“気持ちのいい秋”を楽しみましょう。

夏

秋

先月の子どもたちの様子

8月は、手足口病と新型コロナウイルス感染症の発症がありました。その他には、発熱や下痢、中耳炎、皮膚湿疹、ケガでお休みのお子さんがいました。

新型コロナウイルス感染症 ▶▶ 感染予防を続けましょう ◀◀

☆手洗いと手指消毒



☆三密を避ける

- ・密室
- ・密集
- ・密接

☆室内換気と咳エチケット



9月1日は防災の日

<台風・大雨・地震に備えて防災グッズを準備しましょう>

9月9日は救急の日

<救急箱の中身をチェック>

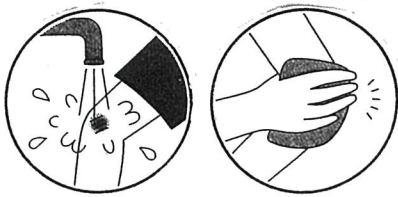
- 薬の使用期限が切れていませんか？
- なくなっている薬はないですか？
- 開封から時間が経ったものはありますか？



<ケガの応急手当>

すり傷・切り傷

- ①砂や泥で汚れていたら
水で洗い落とす
- ②出血していたら圧迫止血する



やけど

- ①水で冷やす
痛みが無くなるまで10分以上
- ②水泡はつぶさない



鼻血

- ①小鼻を親指と人差し指で
つまんで出血を止める
- ②顔は少し下向きに



まだまだ汗ばむ季節です。身体を清潔に保ちましょう。

☆髪はこまめにカットし

前髪は目にかからないようにしましょう。



☆爪はこまめに切りましょう。

汚れがたまって不潔になります。はげたり、引っかいたりケガの原因にもなります。



☆顔は洗ったり、拭いたりしましょう。

汗や汚れで目やにが出たり
目の病気(結膜炎・ものもらい)になったりします。

あせも(汗疹)

〇〇 軽度の場合は、こまめなシャワーや入浴で汗を流し、泡ソープで優しく洗いましょう。

とびひ(伝染性膿痂疹)

- 〇〇 あせも
- ・虫刺され
- ・湿疹
- ・キズ

ひっかいたりして ⇒ 細菌感染 ⇒

とびひ

受診して治療しましょう