

ほけんだより 9月

平成26年9月 あおぞら保育園

朝夕の心地よい風になり、ようやく秋の入り口に差しかかってきました。これまで昼夜も暑い日が続いていたため、食欲が低下したり、眠りにくかったりして体に疲れがたまっています。

秋のはじめは、そんな暑さ疲れが体調不良となって現れやすい時期。おなかの調子を崩したり、風邪を引きやすくなっています。いつも以上に体調の変化に気を配り、調子の悪いときは早めに休養がとれるようにしましょう。

0歳児検診のお知らせ

9月25日(木)
14:30~

子どものけがを防ぐ6つのポイント

1 服装

洋服についている飾りやひもが遊具に引っかかり、足で踏んだりすると、大けがの原因に。

2 くつ

大きすぎる靴は脱げやすいので、つまずいたり、転んだりする原因に。

3 つめ

つめが伸びていると、お友だちにけがをさせたり、つめが折れて痛い思いをすることも。

4 目

遊ぶ場所や遊具に危険がないか、危険な遊びをしていないか、見て確認し、遊んでいる間は目を離さないようにします。

5 手

横断歩道を渡るときや、駐車場・交通量の多いところを歩くときには、必ず手をつなぎ、大人が車道側を歩くようにしましょう。

6 声

危険な場面では、なぜ危険なのかを説明し、危険な場所や行動について、くり返し教えましょう。

大人が予想もしない行動をするのが、子どもです。けがや事故を防ぐには「大人の常識」ではなく、「子どもの目線」で危険を考えることが大切です。

迷路でチャレンジ!! 応急手当て・けが予防の基礎知識

正しい答えを選ぶと早くゴールできるよ。迷った答えの方向に進みます。

START スタート

すりむいたときの応急手当ては?
A: 水道の水で洗う。
B: すぐに、ばんそうこうを貼る。

運動の前の準備運動は…
A: しっかり体を動かしておく。
B: 疲れるので、適当に。

自由にゴミが入った。どうする?
A: 水で洗い流す
B: こすって取る。

つぎ指をしたら…
A: 氷水で冷やす。
B: 引っぱる。

運動をしないほうがよいのは?
A: めんどくさいとき
B: 熱があるとき

熱中症を防ぐには?
A: まとめて水分をとる。
B: 少しずつ、何回も分けて水分をとる。

GOAL ゴール

まちがえたところは、見直しておきましょう!!

健康カレンダー

9月9日 救急の日

救急とは、急病やけがの応急手当てをすることです。大きな病気やけがだけでなく、すり傷や切り傷の手当ても「救急」の仲間です。まず、自分がけがをしたときの応急手当てをしっかりと覚えて、実行できるようにしておきましょう。

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?
- いつ開封したか分からない薬はありませんか?
- 体温計の電池が切れていませんか?

★救急箱は、直射日光を避け、子どもの目と手が届かないところに保管しましょう。

8月の感染症

ヘルパンギーナ・・・5名
溶連菌感染症・・・1名
ウイルス性胃腸炎・・・1名
手足口病・・・1名
マイコプラズマ肺炎・・・1名

◎高熱や下痢のお子さんも少しずつ増えてきています。

～保健指導～

◎食べた物がうんちになるまで…
◎トイレの使い方

9月4日(木) つき組
9月5日(金) はな組
9月9日(火) こい組

体と健康を知る紙芝居を観ながら、休んですごいでしょ！と感じてもらうたいなと思っています。今回も、「体験しながら楽しく！」をテーマに子どもたちとトイレの使い方を学んでいきます。