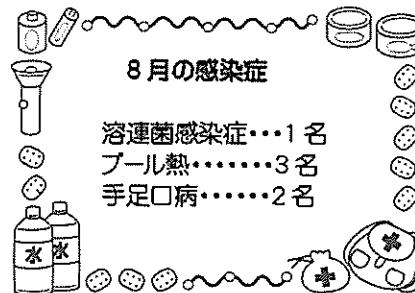




令和元年 9月号 あおぞら保育園

4月の新年度がスタートしてから、あっという間に半分が過ぎようとしています。子どもたちは、夏の思い出と共に、なんだかたくましくなったような、成長を感じています。ご家族で楽しく過ごせたようですね。楽しかったプールが終わり、9月からは、いよいよ運動会に向けて練習がはじまります。暑い日が続く中での練習となりますので、ケガのないよう見守っていきます。季節の変わり目、体調の変化に気をつけて、元気いっぱい過ごしていきたいと思います。



9月の予定

- ◆身体測定
2日～21日
- ◆0歳児健診
10日 14:30～



トイレトレーニングはいつから始める？

★排尿のメカニズム★

私たちの体は膀胱がいっぱいになると「満杯ですよ」のサインが脳に伝わり「尿意（おしっこがしたい気持ち）」を感じます。そして「おしっこを出して！」という指令が脳から膀胱へ伝えられ、指令を受けた膀胱が収縮しておしっこが出ます。この脳と膀胱の関係がしっかり結びつくのが2歳前後と言われています（個人差があります）。意外と複雑な仕組みなんです！！早くオムツを取りたいと焦らず、膀胱の機能や脳がある程度発達するまで待ちましょう。

★子どものサイン★

「急に動きが止まる」「股やオムツを触る」「ブルブルと震える」という行動は、脳と膀胱の間に関係が出来てきて、お子さんが「おしっこ」に気がつき始めた合図です。他には、「歩行している」「簡単な質問を言葉で答えられる」「おしっこの間隔が2時間以上空く」「抱っこなど自分の気持ちを伝えられる」などの心・ことば・社会性の発達も伴います。お子さんの成長に合わせて、まずは「トイレの存在を伝える！！」を目標にトイレトレーニングを開始していきたい時期ですね。

★こんなときがチャンス★

朝の起床時や、お昼寝後で膀胱におしっこがたまっていて、まだおしっこが出ていない時がチャンスです。「チーする？」と声をかけて便座に座らせてみましょう。うまくタイミングが合って出た場合は沢山ほめてあげましょう。「おしっこが出る」「おしっこはトイレです」ということはまだわからないので失敗しても叱らないでくださいね。ご家庭と保育園で連携をとりながら進めていきましょう。

★トイレに行くことを嫌がる★

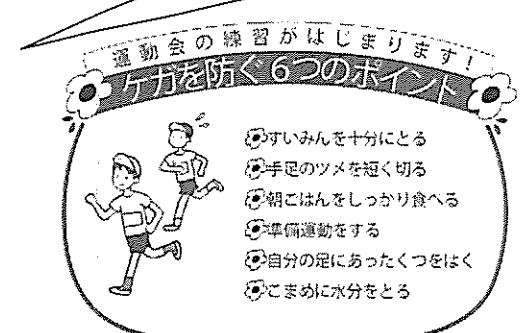
便器の感触が嫌な場合は、おまるにしゃがむことから始めましょう。おむつ以外で排尿することに慣れたら次は補助便座（洋式便器に取り付ける子ども用の便座）です。足が床に付かなくて不安な場合は足台を設置しましょう。バランスが保たれて安心です。また、踏ん張りがきくことでお腹に力が入り排泄しやすくなります。トイレの環境もひと工夫して、好きなキャラクターのシールやカバーやマットもそろえたり、キラキラのモビールを吊るすなど明るく楽しい場所にしましょう。

9月9日は救急の日



家中にいても思わずところに危険がいっぱいです。100円ショップで手に入る物が多いので、必要最低限のアイテムをチェックリストを参考にして揃えておきましょう。半年に1回は中身を整理して使用期限などを確認しましょう。

| 救急セットのチェックリスト | |
|---------------|--------|
| □消毒用薬・消毒アルコール | □滅菌ガーゼ |
| □虫刺され・湿疹軟膏 | □テープ |
| □傷薬 | □脱脂綿 |
| □目薬 | □絆創膏 |
| □解熱剤 | □包帯 |
| □風邪薬 | □三角巾 |
| □湿布剤 | □縫棒 |
| □その他（持病の薬） | □体温計 |
| □ピンセット・毛抜き | □はさみ |



ケガをしたら

自分でできる応急手当

- ✗ やってはいけないこと
- ◎ やってほしいこと

すり傷

- ✗ 薄についた砂やドロを手で強くはらう
- ✗ すぐに、ぱんそうこうを貼る

- ◎ 砂やドロを、水でよく洗い流す

きり傷

- ✗ 血が出ていたら、なめる
- ◎ せいけつなハンカチで傷口をおさえる

- ✗ 指をひっぱる

- ◎ 水を入れたビニール袋などで冷やす
- ◎ となりの指とテープで固定

つま指

- ✗ 指をひっぱる
- ◎ 水を入れたビニール袋などで冷やす
- ◎ となりの指とテープで固定

さし傷

- ✗ よこれた指でつまむ
- ◎ 毛抜きでつまんで抜く
- ◎ 消毒をする

- ✗ 掛けないときや、残ってしまったときは病院へ
- ◎ 病院への危険があります

さし傷

- ✗ 家で消毒するだけ
- ◎ 病院へ行く

- ✗ 水を直接あてる
- ✗ すぐ薬をぬる

やけど

- ✗ 水を直接あてる
- ✗ すぐ薬をぬる
- ◎ すぐ水道水で冷やす

鼻血

- ✗ 上を向く
- ✗ 首の後ろをたたく

- ◎ あごを引いて鼻をつまむ

目にこ

- ✗ こすってみる

- ◎ まばたきをして涙で流す
- ◎ 取れないときは、水で流す

ねんざ

- ✗ 痛い足を地面につけて歩く
- ✗ あたためる

- ◎ その場で安静にする
- ◎ 水を入れたビニール袋で冷やす