

9月のほけんだより

令和5年9月発行
あすなる保育園

暑い夏をエネルギーに過ごした子どもたち。そろそろ夏の疲れが出てくるころです。元気に活動へ向かえるよう、毎日のお子さんの様子の変化に気を配っていきたいと思います。

9月1日は防災の日

★家の中の事故を防ぎましょう★

子どもにとって安心して過ごせる家の中は、実は事故の危険が高くなっています。特に命に関わる事故は「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。家の中を安全・安心な場所にするためもう一度チェックしてみましょう！

トイレトーパーの
芯の直径とほぼ同じ
大きさです！

39mm

誤飲に注意しましょう！

3歳の子どもの口の大きさは約4cm
これよりも小さなものは子どもの手の届かない所に保管しましょう。例えば、ボタン電池・ナッツ類・たばこ・薬など。身近なもので危険なものはたくさんあります。

防災グッズの準備はしていますか？

9月9日は救急の日です。この機会に、ご家庭の救急用品をチェックしてみましょう。古い薬は処分し、新しいものを補充しましょう

- 体温計
- ばんそうこう
- ピンセット
- かゆみ止め
- 脱脂綿
- 綿棒
- 包帯
- ガーゼ
- はさみ
- 湿布薬
- 化膿止め
- 毛抜き

いざというときに慌てないように、救急箱は取り出しやすい所に保管しましょう。

生活リズムを見直そう

長期の休みなどで、生活リズムは乱れていませんか？ 夜寝る時間が遅かったり時間に追われたりすると、自律神経が不安定になり、心身共に調和がとれなくなります。生活リズムを整え、大人も子どもも健康に過ごせるようにしましょう。

- 早寝・早起き
- 水で洗顔
- 家族で朝食
- 食後の歯磨き
- 余裕をもって排便
- 園に行く用意

保育園でのお薬の取り扱いについて

お薬連絡票の記入など、いつもご協力いただきましてありがとうございます。改めてお薬を持ってこられる際の注意事項について確認をよろしくお願いたします。

- ・保育園で飲まれるお薬は、抗生剤など、**やむを得ない場合のみ**ご持参ください。
- ・咳や鼻水などのお薬は、**朝・帰宅後・寝る前の内服にするか、1日2回の内服にできないかを医師にご相談下さい。**

ご理解とご協力よろしくお願いします。

※お薬連絡票は玄関に入ってください左側(ホワイトボードの下)に置いてあります。

カビにご注意を！！

口拭き・手拭きタオル・水筒・歯磨きコップ・コップ入れ・スタイ・洋服の襟元等に黒い点がポツポツ…その正体は**黒カビ**です(**)カビはアレルギーや肺炎の原因になることもあります。食品が付着しているものは、大変カビが発生しやすいです。濡れたまま放置してしまうと、あっという間にカビが生えてしまいます。保育園から帰られましたら、早めに洗って頂き、しっかり乾燥させてください。また、カビが発生する前の予防策としておすすめなのが、**熱湯殺菌**です。カビ菌は50℃以上の熱湯につけることで死滅させることができます。保育園のタオルやエプロンは、1週間に1回ほど、洗濯する前に桶に入れ、上から熱湯をかけて、浸したまま30分ほど待ってから洗濯すると良いですね。

“つめ曜日”を作ろう！！

爪のお手入れの目安は『1週間に1回程度』です★お風呂上がりの爪が柔らかい時が切りやすいのですが、切りすぎるとばい菌が入ることもあるので深爪にならないよう十分に気をつけましょう。

安定した姿勢で行うといいですよ！

お知らせ♪

先月、すみれ組・れんげ組・さくら組で鼻の指導を行いました。**鼻の役割・鼻を大切にするための約束・鼻をかむ時の注意点・鼻血が出た時の対処法**についてお話をしました。また、実際に経節やシトラスの匂いをかいてもらい何の匂いか当ててもらおう体験をすることで楽しみながら、お話を聞くことができていました★

