



ほけんだより8月

2024年8月1日
 尚徳福祉会
 仲町保育園
 看護師

暑いと体力が落ちて、食欲がわかないことや、つい冷たい物ばかりを食べてしまうことがあります。暑さに負けない体づくりをするためにも、しっかりとご飯を食べられる工夫をしましょう。



子どもは音に溺れます!

おぼえておいて!!

実際と想像がちがうために起こる事故もあります...

想像
 ・大きな音
 ・あはれる
 ・さわく
 ・すぐ気付く

実際
 ・何が起きたかわかっていない
 ・音で気付かない

水におちた猫は想像どおりあはれてさわく...

と存りのへれにいますから気付くのは大変

と言わず、しっかりと見ていてあげてください。不慮の事故で2番目に多いのが「溺れ水」です。

「本能的溺れ反応」といいます。

乳幼児の不慮の事故で2番目に多い「溺水」。溺れるとき、バシャバシャもぐのは映画の世界だけです。溺れた状況を理解できず、もしくは呼吸に精一杯で声を出す余裕もなく、静かに沈みます(本能的溺水反応といいます)。溺の部屋にいれば音でわかると思ったら大間違い。入浴中は気を付けましょう。

2018 / 「ぼえて」トラナー / <https://oohite-dr.net/> / 無料アプリ Android / iPhone / お問い合わせ: 佐久良徳センター小児科外来 TEL.0267-62-8181

夏休みの過ごし方

夏休みは生活リズムが乱れがちになります。規則正しい生活ができないと体調を崩しやすくなるので、お休みの間も早寝早起きを心掛け、ごはんは3食きちんと食べましょう。

〈夏のやけどに注意〉

- すべり台...56℃ ブランコ...60℃ 砂場...75℃
- 公園のベンチ...62℃ 道路マンホールの蓋...64℃
- 道路のアスファルト...60℃ コンクリート...54℃
- 黒い車のボディ...60~80℃
- 手持ち花火...1200~1500℃

公園先などで思わぬやけどをしてしまわないように声をかけるなど十分気をつけてお過ごしください。

○公園の噴水、ジャブジャブ池の注意点○

水場は滑りやすいため、転倒して頭を打つ等注意が必要。水深が5cm未満でも溺れてしまう可能性があるため、子どもから目を離さないようにしましょう。

8月の予定

- 1日(木) 0歳児健診
- 6日(火) 幼児身体計測
- 7日(水) 乳児身体計測
- 22日(木) 0歳児健診

