

ほけんだより 9月号

2023年 9月

認定こども園世田谷ベアーズ
看護師

まだまだ残暑が続きますが、朝夕の涼しい風に秋の気配を感じるようになりました。
元気いっぱい夏を過ごした子どもたち、夏の疲れが出やすい時期です。ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるなどして、体調を崩さないように気をつけましょう。



今月の保健行事

9月 6日 (水)	5歳	身体計測
9月 12日 (火)	4歳	身体計測
9月 13日 (水)	3歳	身体計測
9月 14日 (木)	0~2歳	身体計測

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。



RSウイルス

秋から冬に流行るウイルス感染症ですが、近年では夏でも流行がみられ、園でも8月から感染が出ています。終生免疫ではなく2歳までにほぼ100%感染すると言われています。

- 潜伏期間・・・2~8日
- 出席停止期間・・・呼吸器症状が消失し全身状態が良いこと

症状

- 鼻水、咳、発熱など風邪に似た症状
- ゼーゼーと息をして（喘鳴）重症になると呼吸困難になります。

○6か月未満の子どもは重症化しやすい
合併症・・・細気管支炎、肺炎、中耳炎

手洗い、うがいをしっかり行い
症状が軽い場合は、水分補給、睡眠、食事に気を付け
安静にして経過をみます。



お家での咳が辛い時の対処

- 上体を少し高くして寝る
- 咳が続く時に水を飲む
- 蒸したタオルを胸にあてる

8月、成城消防署の方が来て職員へのAEDと心肺蘇生の講習がありました。乳児人形を使用し意識や呼吸の確認、AED装着方法から動作、心臓マッサージの方法を再確認しました。

救急車到着まで平均7分と言われていますが、感染症や熱中症の影響で到着が遅くなっていると話がありました。到着までの間にできることを実施できるかが、重要になってくるとのことでした。