



# ほけんだより 9月号

2022年9月1日 発行  
 社会福祉法人 尚徳福祉会  
 保育園与那原ベアーズII

まだまだ残暑が続きますが、幾分過ごしやすくなりました。元気いっぱい夏を過ごした子どもたち。夏の疲れが出やすくなる時期なので、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付けましょう。

## 《 8月の感染症情報 》

インフルエンザ	…	1名
感染性胃腸炎	…	4名
突発性発疹	…	2名
ヘルパンギーナ	…	2名

## かぜの時に風呂に

### 入っても大丈夫？

熱がなければ入っても大丈夫です。かぜの時の風呂は、疲れを取るためではなく、皮膚を清潔にすることが目的なので、汗や汚れが取れば十分です。体力の消耗を防ぐため、お湯の温度は上げ過ぎず、湯冷めしない環境をつくりましょう。お子さまが嫌がる時は無理にお風呂に入れるのはやめましょう。



## 防災の日

9月1日は「防災の日」です。8月30日～9月5日は「防災週間」で、「防災意識を強化する期間」となっています。いざという時に備えて、ぜひ家族全員で確認をしてください。

### 〈非常時の持ち出し品の準備〉

リュックの中には非常時の持ち物を詰めておきましょう



### 〈避難する場所〉

避難場所がどこなのか、そこまでの経路を確認しておきましょう



### 〈地震で倒れやすい物がないか〉

棚の上に置いてある物は下ろし、倒れそうな物などは固定するなどの工夫をしましょう



### 〈家族がはぐれた場合の連絡方法〉

はぐれた時の待ち合わせ場所や緊急連絡先はいつも身に付けるようにしましょう



**与那原町防災マップ（避難場所）を確認しましょう！**

## 9月9日は「救急の日」

乳幼児期の発達著しく、いろいろなものに興味を持つようになり、また、思わぬ行動もします。一生のうちでも、最も怪我の多い時期です。常に事故が起こりうることを忘れず、危ないものはないか、部屋を点検し、救急時の対応を確認しましょう。

- 子どもの手の届く場所に置いてはいけない物  
 (薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など)
- 踏み台になる物はベランダに置かない
- コンセントなどをいたすらできないようにする
- 遊び食べに注意する  
 (食べ物に詰まることがある)
- 浴室には子ども1人で勝手に入れないよう工夫する

## 「えっ？そんな小さいもので？」

### 子供の窒息事故を防ぐ！

「窒息事故」は0～3歳の小さな子どもに多い事故です。口の大きさは直径約4cm。口に入るものは何でも誤嚥（ごえん）や窒息の原因になる可能性があります。

多くの場合、窒息が起こってから、5～6分で呼吸が止まり、意識を失います。そして、心臓が止まり、脳に障害が起こり、15分を過ぎると脳死状態になります。窒息に気づいたら、すぐに救急車を呼び、来るまでの間、詰まったものを吐き出させるための応急処置をすることが非常に重要です。

### 1歳児未満

#### ①背中を叩く

片手で乳児の体を支え、手のひらで乳児のあごをしっかり支えながら、もう一方の手のひらのつけ根で乳児の背中をしっかりと叩きます。(5、6回を1セット)



#### ②胸部を圧迫する

乳児をおお向けにし、片手で乳児の体を支えながら手のひらで後頭部をしっかりと押さえ、心肺蘇生法と同じやり方で胸部を圧迫します。(5、6回を1セット)



**①と②を繰り返す。**体位を変えることで、出やすくなります。

### 1歳児以上

#### 腹部を突き上げる



背後から両腕を回して、片方の手を握りこぶしにし、子どものみぞおちの下に当てます。もう片方の手をその上に当てて、両手で腹部を上を圧迫します。

「政府広報オンライン」参照

みぞおちの下