



9月の保健行事予定

8日(月) 身体測定

10日(水) 0歳クラス 乳児健診、
1歳クラス 内科健診

*他のクラスのお子さんでも園医に診て欲しいことや、相談がある場合には前日までにお知らせください。



お知らせとお願い

園でお預かりしております乳児医療証の写しが9月末で有効期限切れとなります。市から新しいものが届きましたら、写しを1枚提出をお願い致します。

0歳～2歳クラスの方へ

9月中旬にほけん連絡カードを返却しますので、予防接種歴や既往歴等、追記が必要であれば記載をお願い致します。新しい医療証の写しをほけん連絡カードのファイルに併せて入れてご返却お願いします。



9月1日は防災の日です。この日は、大正12年9月1日に発生した関東大震災、昭和34年9月に襲来した伊勢湾台風などをきっかけとして、昭和35年に定められました。また、8月30日から9月5日まで防災週間となっています。

何をどれだけ備蓄すればいい？必需品は？

発災後は、ライフラインが停止する可能性があります。水とカセットコンロなどの熱源は必需品です。

水は、飲料水と調理用水として1人1日おおよそ3L程度必要です(※)。

水道水は、塩素による消毒効果があり、3日程度は飲料水として使えます。保存するときは、清潔な容器に口いっぱい入れ、しっかりフタをして涼しい場所に置きましょう。

そのほか、ペットボトルや缶入りのお茶・清涼飲料水などもあると便利です。

カセットボンベは、1人で1週間当たり約6本必要です。お湯を沸かしたり、レトルト食品を温めたり、カップ麺などを食べられます。温かい食事は身体も温まり、緊張感や不安も和らげてくれます。

※湯せん、食品や食器を洗ったりする水は別途必要

参照：政府広報オンライン

簡単！ローリングストックを始めよう日常で食べているものを消費しながらストックする「ローリングストック」がおすすめ

食品の備蓄は簡単に、誰でも無理なく始められます。普段食べているカップ麺や缶詰、インスタント味噌汁など少し多めに買い置きし、賞味期限の古いものから消費し、食べたらその分を買い足すだけです。

備蓄のコツは3つです。

- ・まずは、ふだん食べている食材を多めに買って、蓄える
- ・普段の食事で食べる
- ・食べたら買い足して、補充をする

蓄える→食べる→補充することを繰り返しながら常に一定量の食品を備蓄する方法をローリングストックといいます。

こどもが日ごろから好きな食品や飲みものを備えておく、災害時でもリラックスしたり安心したりできます。



9月9日 救急の日



救急医療・救急業務に対する国民の正しい理解と認識を深めるとともに、救急医療関係者の意識の向上を図ることを目的として、毎年9月9日を「救急の日」、救急の日を含む1週間を「救急医療週間」と設定しています。

こんなときはどうする？子どもの応急手当

<転んで足をすりむいてしまった>

①まずは流水でしっかり洗いましょう。石鹸を使用できる場合は、しっかり泡立て優しく洗います。ばい菌による感染防止をすることが大切なので丁寧に洗い、泡もしっかり落としします。

②ワセリンを塗布して、絆創膏を貼り、湿潤療法を行います。

*保育園でも軽度の切り傷、擦り傷の場合、ワセリンをぬることが多いです。おうちに帰ったらお風呂などでもう一度しっかり洗ってケアをお願いします。

<鼻血が出ってしまった>

①まずは、椅子に座らせ、下を向かせましょう。上向きにすると、喉に血液がいきまいて、吐き気をもよおすことがあります。

②鼻の膨らんでいる部分をつまみ、圧迫止血をします。両鼻を抑えることが難しい場合は、出血しているほうの鼻だけで大丈夫です。

*保育園では、活動や午睡は完全に鼻血が止まったことを確認してから行っています。

