

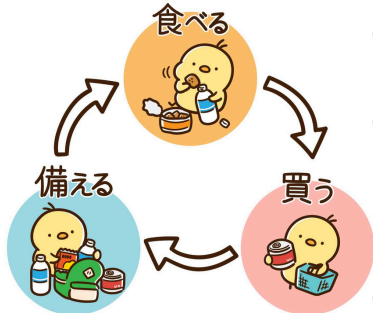


# ほけんだより

2024

9月

おだ認定こども園  
2024年9月 発行



- 9月1日は防災の日です。1月の能登半島地震に続き、8月には猛暑の中、南海トラフ地震注意情報が出され、園でもマニュアル等を見直しています。
- 災害時は受診が難しく、健康への配慮がより大切になります。乳幼児は、『食べる』『寝る』『トイレ』も大人と違う配慮が必要です。不安で我慢の場面が多い災害時こそ『食べ慣れたもの』『おいしいもの』が選べるようにしたいですね。地域の防災訓練にも、お子さんと参加してみてください。
- 8月園で流行の感染症：手足口病、溶連菌感染症、マイコプラズマ、RS 他

## 登園前にすることは？



斜め下から押し上げる  
はさむ



虫よけスプレー

### 体調観察・検温 虫よけ

- お休みするほどじゃないけど、食欲や元気がなく心配、という時は遠慮なくお知らせ下さい。連絡のタイミングなど個別に対応しています。
- 発熱・嘔吐の他、吐き気や痛みを伴う症状がある時は、安全のため登園・降園時のバス利用はできません。寝不足・食べてすぐの乗車は酔って嘔吐しやすくなります。ご注意ください。

## はやねはやおきあさごはん



- 2学期は『生活リズム』を整えるチャンスです。ヒトの体は体温やホルモンのリズムなど、昼には昼、夜には夜の働く仕組みがあります。遺伝子にプログラムされた仕組みに合う生活は、乳幼児期の体や心を、よりよく発達させます。
- 朝なかなか起きられない・食べてくれないなど、平日急にリズムを変える事は難しいですね。まずはお休みの日に『朝、窓を開けた空気はおいしい』『朝ご飯を食べると、うんちがすっきり出た』など、お子さんと一緒に心地いい経験・発見をする事から始めてみましょう。

## 『鼻血』の応急手当

空気が乾燥し、秋の花粉などで鼻がムズムズする季節になると、鼻血を出すお子さんが増えます。基本の止血方法は同じです。

### 【鼻血の止め方】

- 1 座って少しうつむき加減になるよう下を向く  
泣いて興奮している時は落ち着かせる
- 2 小鼻を中心に鼻全体を親指と人差し指で約10分おさえる  
(何か詰める必要はありません)
- 3 止血後すぐは、鼻に触れない  
かさぶたがはがれ、再出血しないよう、静かに過ごす



## 『爪切り』お願いします

- 秋冬は、遊んでいてひっかき傷ができたり、「爪が割れちゃった」と泣く子の手当が増えます。
- 子どもの爪は薄く割れやすいため、こまめに切って手入れをお願いします。

