



# ほけんだより

2024年 9月 りすのき保育園 NO.7

まだまだ暑い日が続いています。暑い夏の疲れは、これから出ることが多いようです。からだを休める時間を大切に、気をつけてお過ごしください。

## 今月の予定

身体測定	12日(木)	全クラス
0歳児健診	24日(火)	15:00 大池先生に診察していただきます。



プールは9/9で終了します。

今後も毎日の健康観察は、続けていただくようお願いいたします。

暑さが和らいできたら、散歩に出ることもあります。

蚊の対策として、“腫れやすい”“とびひになりやすい”お子さんは、長袖・長ズボンをご用意ください。それでも刺されてしまうこともあります。園では、すぐに流水で石鹸を使って洗い、ムヒやレスタミンを塗って様子をみます。刺された痕がひどくならないように、自宅で引き続き経過をみて下さい。また、保育園に置いてあった靴のサイズも変わっていることもあります。一度持ち帰って、サイズの確認をお願いいたします。

## 子どもの靴選び ここがポイント

靴底が硬すぎないもの



甲の部分がフィットするもの

つま先に少しゆとりがあるもの

子どもは足の指で地面をつかむようにして歩くため、靴底が曲がりやすく、つま先に指を動かすゆとりがあるものを選びましょう。また、しっかりフィットするよう、ひもかワンタッチテープで甲の高さを調整できるものがよいです。

子どもの足はすぐに大きくなります。サイズが合っていないと、ケガの原因です。3カ月ごとに大きさをチェックしましょう。



## 9月1日は防災の日



9月2日に災害時引き渡し訓練をおこないます。緊急連絡先の変更がある方は、声をかけて下さい。スムーズにお子様の状況をお伝えするために、大切なものです。もう一度確認をお願いいたします。保育園では、毎月防災訓練を行い、大切な子ども達を守るために、どのように行動をとったらいいのか検討しています。また、慣れない非常食で子どもがストレスを抱えないように、「防災の日」(今年度は1日が日曜日のため2日)の給食に災害食を食べています。

### ◎各家庭でも、確認してみましょう

- ・防災マップで地域の避難場所
- ・防災グッズ
- ・家具の転倒防止対策
- ・食料や飲料の備蓄
- ・家族同士の連絡手段 など

## 9月9日は「救急の日」です

子どもは、急に熱を出したり、病院がお休みの時に怪我をすることが多いものです。たま広報にも休日診療の病院のお知らせがありますが、困ったときには#8000に相談してみましょう。

ちなみに...

救急車を呼ぶべきか判断に迷ったら、「#7119」に電話しましょう。緊急性を判断して、アドバイスをいただけます。

## 9月9日は救急の日



**困ったときの強い味方「#8000」**

急な発熱でぐったりしていて心配...  
頭をぶつけたけど、病院でみてもらったほうがいい？

お子さんの急病やケガのことで困ったとき、頼りになるのが「**小児救急電話相談**」。

(実施時間は自治体によって違うので、事前にホームページなどで確認を。)

**#8000の使い方**

- 1 #8000をダイヤル
- 2 相談窓口につながります
- 3 お子さんの症状を話してください
- 4 医師・看護師がアドバイスしてくれます

お住まいの都道府県の  
対応の仕方、受診する病院など

病気や怪我というものは子どもに限らず、突然おこるものです。これからますます体調を崩しやすい季節となります。突然のことにあわてないためにも、#8000と#7119を心に留めておいていただけると良いかと思います。

今月も、元気に過ごせますように☆彡