保健だより

H29.9.12
社会福祉法人
光輝の歩福祉会
ゆめの森保育園

日中はまだまだ暑いですが、朝晩は気温が少し低くなってきました。だんだんと秋が近づいてきています
夏の疲れが残らないように生活リズムを整え、毎日元気に過ごせるようにしましょう。

9月9日は救急の日

救急とは、急に大変なことが起きたらそれを救うこと。応急の手当てをすることです。
この機会に、ご家庭の救急用品をチェックしてみましょう。

ケガの応急処置

＊すり傷　切り傷＊

・傷口を、流水でよく洗う。
・清潔なタオルやペーパーで拭く。
・出血している場合は傷口を抑えて、止血する
・止血できて傷口が浅く小さい場合は、絆創膏などでおおう。

＊打撲＊

・傷があるときは手当てをする。
・打った場所を冷やす。
・楽な姿勢にする。

打ったところが紫色にはれ上がり、冷やしてもどんどん悪化するときは、急いで外科か整形外科へ。

＊骨折＊

・出血があれば骨折のところを動かさないように止血する。
・氷水に浸してしぼった冷たいタオルなどで患部を冷やす。
・患部に添え木をし、包帯などで固定し病院へ。

＊鼻血＊

・子どもを落ち着かせて座らせる。鼻血がのどに流れ込まないように、少し前かがみ。
・小鼻を強めにつまむ。
・濡れタオルで眉間から鼻あたりを冷やす。
・ティッシュペーパーは鼻に詰めない。

9日は運動会でした

～運動ができるできないは経験の差～

回数を重ねたことによる経験の差が影響していると考えられています。決して遺伝で決まっているわけではありません。小さい頃から、色々な動きをして、たくさん体を動かすといいですね。

手足口病

☆手のひらや、足のうら、舌やのど、ほおの内側などに赤い発しんや水泡がでる感染症です。
☆おしり、ひじ、ひざなどにも発しんができる場合や、手・足・口の一部にだけ発しんができる場合もあります。39～39℃の熱が出て2～３日続くこともあれば、熱が出ないこともあります。（まれに脳炎や心筋炎などの合併症を起すことがあります。）
☆手足口病は感染力がとても強いため、疑わしい症状がある場合は早めの病院受診をすると安心ですね。

８月の健康状態

発熱や、げりでお休みするお子さまがいました。現在、大流行の病気はありませんが、せき、鼻水の症状がでているお子さまも多くみられました。

８月の感染症・病気

★インフルエンザＡ型	１名
★発熱	５名
★気管支炎	１名
★胃腸炎	１名