



ほけんだより 9月号

令和4年9月1日発行 なんぶこども園

9月の保健目標

夏の疲労回復に努める
病気や怪我に気を付ける

9月9日は救急の日。救急とは、急なけがや体調不良の手当をすることです。この機会に自宅の救急用品の中身を見直したり、応急処置の方法も学んでおきましょう。

またこの時期は、気温の変化も大きく、夏の疲れが出やすくなります。体調を崩さないように気を付けましょう。

8月に見られた感染症

- ・突発性発疹
- ・手足口病
- ・とびひ
- ・中耳炎

これで安心!

ちょっとした けがのケア



元気な子どもは小さなすり傷や切り傷が出来やすいもの。化膿させずに治す方法を知っておきましょう。

① 手当をする大人がまず手を洗う

手から汚れがうつるのを防ぎます。

② 傷口を流水で洗う

流水で傷口をやさしく洗い、泥や砂などを取り除きます。とげなどが刺さっているときは、毛抜きで拭き取ってから流水で傷を洗いましょう。



③ 傷口を保護する

絆創膏やガーゼなどで傷口を覆います。絆創膏は毎日交換して、傷の治り具合をチェックしましょう。



ウェットタイプの絆創膏は 使い方をチェック!!

モイストタイプ(ハイドロコロイド素材)の絆創膏は、2歳以下の子どもには使えません。使用上の注意を守って使いましょう。

救急箱の中、チェックしていますか?

1年に1回は中身を
チェックしましょう。

絆創膏

けがをした部位に合わせて選べるよう、形やサイズをいくつか用意しておくとう便利。



はさみ

救急箱専用にしておくとう衛生的で安心です。



体温計



ガーゼと医療用テープ

傷口を保護したり、薬を塗った上にかぶせたりして使います。個包装の滅菌タイプが使いやすいでしょう。



毛抜きやピンセット

皮膚に刺さったとげを抜いたりするのに使います。



常備薬

(虫よけ、かゆみ止め、化膿止めなど)



《 手足口病 》

最初に口の中にポツポツができ、痛みのため飲み込んだり食べたりするのが嫌になります。半数は熱を伴いません。その後、手のひら、足の裏に赤っぽい水ぶくれができて痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、何度もかかる可能性があります。



☆登園のめやす
熱や口の中の水ぶくれ
・潰瘍が収まり、
普段の食事がとれる
ようになったらOK。

傷口の汚れやとげなどが取り除けない時、傷がなかなか治らない場合は医療機関を受診しましょう!