

9月保健だより



社会福祉法人後楽園
保育園ゆりかごの家
病後児保育ナーサリールーム
2023年9月1日

温暖化の影響で、日中の暑さが続いています。子どもたちは、運動会の練習に打ち込む毎日です。夏の疲れや朝晩の気温の変化に注意し、生活リズムを整えて、十分な栄養補給と睡眠に心掛けましょう。

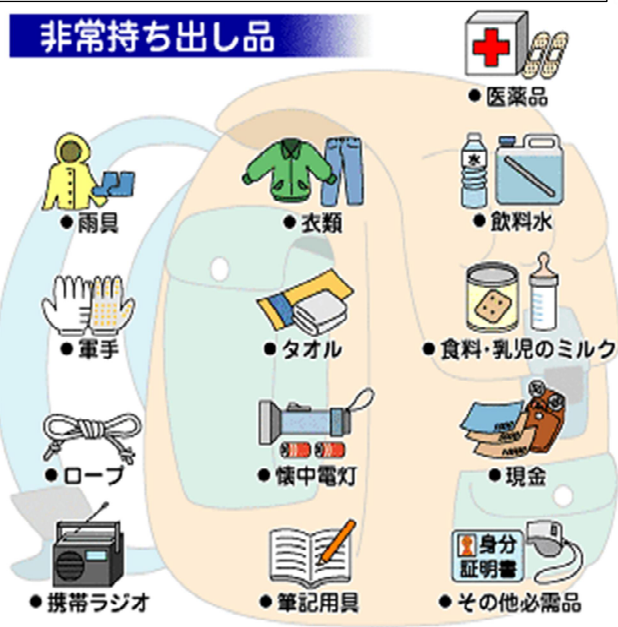


☆ 9月1日は、「防災の日」

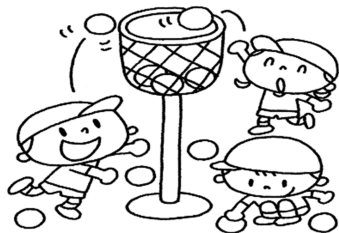
ご家庭での備え—これだけは、準備しておこう!! 食飲料品の準備、家具の置き方は大丈夫ですか? 家族の避難場所、連絡方法を家族で決めておきましょう。

117 - 災害用伝言ダイヤル

非常持ち出し品



※ 紙おしめ、乾パン、非常食などを必要に応じて追加しましょう。



☆ 9月9日は「救急の日」

休日、夜間の急な子どもの怪我や病気について小児科医、小児科医から緊急度の判断など、アドバイスが受けられます。

小児救急電話相談

#8000

平日・土曜 18時-翌8時
日曜 8時~翌8時

☆ 熱中症対策について

近年の温暖化への心得として3~5才の園児と学習してみました。

☆ポイント ① 脱水予防 (水分補給+塩分補給) ② うつ熱(幼児に多い、38度位のごもり熱-涼しい服、涼しい所、涼しい風にあたる。濡れタオルで冷やす)

※ 解熱剤使用は、医師に相談しよう!



熱中症の症状と分類

このような症状は熱中症の疑いあり 危険レベル



+ 熱中症の応急手当 +

- + 涼しい場所や日陰のある場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる
- + エアコンをつける、扇風機・うちわなどで風をあて、体を冷やす

