



ほけんだより



令和5年9月

社福 ベリー保育園

看護師 賀数彩子

8月8日は立秋、8月23日は処暑と、暦上ではもう秋です。夏の疲れが出てきていませんか？ 子どもは大人が思った以上に反応が出てきます。それは、発熱やカゼ症状というもののだけでなく、食欲がない、機嫌が悪い、寝つきが悪い、頻尿、攻撃的になる、落ち着きがないなど。規則正しい生活も心がけ、時には思いっきり楽しいことも一緒に経験し、心と体も健康で過ごしたいですね。

さて、9月は運動会へ向け、本格的に準備していきます。子ども達が大きく成長できる一大イベントです。ケガや事故が起きないように最大限に注意していきますが、一番大切なことはやはり「予測・予防」ではないでしょうか？

体を最大限に使うため、洋服の大きさ、素材、デザインはどうか？ 睡眠は足りているかな？ 食事は取れているかな？ など細かな配慮が予防へと繋がります。ぜひ、安心・安全のためにご協力を宜しくお願い致します。



9月9日は

救急の日



救急とは、急に大変なことが起こった時に、それを救うこと。特に急病になった人やケガをした人に応急の手当てをすること。「救急車」は本当に急がないと命にかかわるような時に呼ぶことが大切です。同時に、私たちは、緊急車両と呼ばれる車を応援しなければいけません。車を端に寄せ、道を譲る、周囲に注意しながら止まるなど、この日をきっかけに子ども達と話してみるのもいいかもしれませんね。



救急箱の中身、 チェックしてますか？

CHECK!

☐ 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

皮膚に刺さったものを抜いたりするのに使います。



☐ 常備薬

(虫よけ、かゆみ止め、化のう止めなど)



鼻血が出たとき

の対処方法



小鼻をぎゅっとつまむ



うつむく姿勢で静かに過ごす



上を向く うなじをたたく

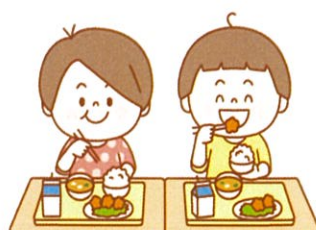
子どもの素朴な疑問

誰よりも早く先生が給食を食べているのはなぜ？

午前10時30分。厨房の先生が給食を先生に持って行きました。「いいにおい～ 何が入っているの？」と子どもたちは興味深々。

学校給食法によって「検食」実施が定められています。給食・おやつは30分前を目安に先生が検食し、安全に提供できるか、食材や調理法、異物混入、味付け、匂い、分量などをチェックし、検食簿に記録します。

もし、食中毒が起こった場合、保健所と連携し、原因を調査するための食材保存も行っています。



HACCP(ハサップ)に準じて、調理後から2時間以内の喫食と、定められています。つまり、衛生・安全上、その時間以内に食べることが定められているため、園へ欠席などの連絡は大変重要になってきます

HACCP…「危害要因分析重要管理点」と訳され、国際的に認められているものです。