



令和7年
2/1発行
社会福祉法人
ペリー福祉会
ペリー保育園
857-2765

やんばるの桜祭りが賑やかに開催される頃、今年は、節分が2月2日（日）立春は2月3日（月）ともうすぐ春です。園庭の緋寒桜ももうすぐ開花、子ども達の活躍する生活発表会ももうすぐです。

さて、生活発表会は、いよいよ2月1日（土）に行われます。今年度は県立博物館2階ホールにて行われます。子ども達の活躍する姿が最大限発揮できるように会場を選択しています、どうぞご理解ください。また、10日（月）から始まる個人面談では、子ども達の成長や、これまでの頑張り等、短い時間ですが次年度へ繋げ、子ども達ひとり一人のやる気「スイッチ」を紹介します。一年を通して運動会、生活発表会等の行事や普段の保育生活面での成長等、保育は養護と教育を一体化した「子どもの最善の利益」の追求を行っております。お子様の成長を保護者の皆様も一緒に考えてみませんか。

今月も保護者の皆様のご理解・ご協力をよろしくお願いします。



今月の目標

「安定」

心身の健康に留意し、基本的生活習慣を確認する

今月の歌と体操

うた：豆まき・たきび

体操：げんきに 1.2.3.・鬼のパンツ

3月の予定表

3日（月）ひな祭りお茶会

（着物や晴れ着で楽しめます。）

10日（月）3月生まれ お誕生会

22日（土）卒園式（卒園児のみ）

24日（月）～27日（木）進級クラス体験

29日（土）31日（月）次年度準備

※家庭保育のご協力をお願いします。

2月の予定

スイミング（3日・5日・10日・17日）

体操教室（6日・13日・20日・27日）

リトミック（25日）※あと一回は1月で済）

1 土 生活発表会

5 水 発育測定

8 土 園内研修・安全点検日

10～ 個人面談

11 火 建国記念日

12 水 避難訓練

14 金 お弁当会

15 土 厨房換気扇清掃（お弁当）

19 水 キッズ見守り隊

22 土 厨房設備清掃（お弁当）

24 月 天皇誕生日（振替休日）

28 金 お誕生会



2月献立表

2025年

社会福祉法人 ペリー保育園
栄養士 平良裕子

日	曜日	献立	<きいろ> 熱と力になるもの	<あか> 血や肉や骨になるもの	<みどり> 体の調子を整えるもの	3時おやつ	朝のおやつ (3歳未満児)
1	土	生活発表会					
3	月	<節分メニュー> 麦ごはん、いわしの梅煮、ゆかり和え、けんちん汁、オレンジ	米、さつまいも、里芋、押麦、三温糖、片栗粉、油、ごま	牛乳、大豆、みそ、いわしの梅煮、かつお節、油揚げ	オレンジ、きゅうり、キャベツ、だいこん、ごぼう、しめじ、にんじん	牛乳 大豆の甘辛揚げ	野菜ビスケット
4	火	ビビンバ、サムゲタン風スープ、バナナ	米、小麦粉、黒砂糖、押麦、もち米、油、三温糖、ごま	牛乳、豚肉、鶏肉	バナナ、こまつな、もやし、だいこん、たまねぎ、にんじん、白ねぎ、レーズン、切干大根、しいたけ	牛乳 黒糖蒸しパン	源氏パイ
5	水	玄米ごはん、魚とトマトのチーズ焼き、ブロッコリーサラダ、レタスのスープ、りんご	米、食パン、玄米、ノンエッグマヨネーズ	牛乳、白身魚、チーズ、鶏肉、ツナ缶、糸揚げ	りんご、ブロッコリー、レタス、しめじ、トマト、にんじん、コーン	牛乳 ツナマヨトースト	胚芽クラッカー
6	木	雑穀ごはん、島豆腐の肉みそかけ、小松菜炒め、もずくのみそ汁、オレンジ	米、雑穀、三温糖、プリン(卵不使用)	牛乳、豆腐、豚肉、みそ、ツナ缶、かつお節	オレンジ、こまつな、もずく、たまねぎ、えのきだけ、にんじん	牛乳 プリン	マリー
7	金	沖縄そば、きびなごのから揚げ、グレープフルーツ	沖縄そば、米、油、片栗粉、小麦粉、三温糖	牛乳、豚肉、きびなご、かまぼこ、かつお節	グレープフルーツ、葉ねぎ、しょうが、こんぶ	牛乳 塩昆布おにぎり	せんべい
8	土	園内研修(全職員参加)の為、お弁当をお願いします					麦茶 お菓子
10	月	二色丼、絹ごし豆腐のみそ汁、りんご	さつまいも、米、油、三温糖、押麦、ごま	牛乳、鶏肉、豆腐、みそ、かつお節	りんご、ほうれんそう、にんじん、わかめ	牛乳 大学芋	リッツ
11	火	建国記念日					
12	水	黒米ごはん、鶏肉の磯辺焼き、にんじん炒め、アーサーのみそ汁、グレープフルーツ	米、小麦粉、黒砂糖、片栗粉、黒米、油	牛乳、鶏肉、みそ、ツナ缶、かつお節	グレープフルーツ、にんじん、たまねぎ、えのきだけ、ピーマン、アーサー、あおのり	牛乳 タンナファクルー	ビスコ
13	木	きびごはん、白身魚フライ、ポパイサラダ、コーンポタージュ、オレンジ	米、油、きび、ごま、ノンエッグマヨネーズ、三温糖	牛乳、白身魚のフライ(卵不使用)	オレンジ、ほうれんそう、コーン、たまねぎ、コーン、にんじん	牛乳 わかめおにぎり	野菜ビスケット
14	金	お弁当会					<バレンタイン> 牛乳 ハートクッキー (小麦粉、バター、グラニュー糖)
15	土	厨房機器清掃の為、お弁当をお願いします					麦茶 お菓子
17	月	麦ごはん、ドライカレー、スティック野菜、オニオンスープ、グレープフルーツ	米、米粉、三温糖、油、押麦、小麦粉、ノンエッグマヨネーズ、片栗粉	牛乳、豚肉、大豆、ヨーグルト、鶏肉	たまねぎ、グレープフルーツ、にんじん、だいこん、さやいんげん、トマト、ピーマン	牛乳 焼きドーナツ	マリー
18	火	黒米ごはん、鮭の照焼き、いんげん炒め、なめこのみそ汁、バナナ	米、黒米	牛乳、さけ、豆腐、みそ、豚肉、かつお節	バナナ、さやいんげん、なめこ、にんじん、梅	牛乳 梅おなかおにぎり	胚芽クラッカー
19	水	玄米ごはん、豚肉の甘だれ焼き、マカロニサラダ、ほうれん草のみそ汁、オレンジ	米、食パン、玄米、プリン(卵不使用)、マカロニ、バター、ノンエッグマヨネーズ、三温糖	牛乳、豚肉、みそ、ハム(無添加)、かつお節	オレンジ、ほうれんそう、きゅうり、たまねぎ、コーン、りんご、白ねぎ、レモン	牛乳 フレンチトースト	せんべい
20	木	きびごはん、ヤンニョムチキン、わかめの和え物、ワンタンスープ、りんご	米、グラタン(卵不使用)、ワンタンの皮、片栗粉、きび、三温糖、油、ごま	牛乳、鶏肉、豚肉、みそ	りんご、きゅうり、もやし、にんじん、こまつな、わかめ	牛乳 コーングラタン	源氏パイ
21	金	雑穀ごはん、すき焼き風煮、カブ納豆、里芋のみそ汁、グレープフルーツ	ミニ今川焼き(卵不使用)、米、里芋、こんにゃく、雑穀	牛乳、納豆、厚揚げ、豚肉、みそ、かつお節	グレープフルーツ、はくさい、にんじん、えのきだけ、しいたけ	牛乳 ミニ今川焼き	ビスコ
22	土	厨房機器清掃の為、お弁当をお願いします					麦茶 お菓子
24	月	天皇誕生日振替休日					
25	火	玄米ごはん、さばのカレー焼き、マーミナーチャムブルー、大根のみそ汁、りんご	米、玄米、小麦粉、油	牛乳、さば、豚肉、みそ、かつお節	りんご、もやし、だいこん、にんじん、しめじ、こまつな	牛乳 ふりかけおにぎり	野菜ビスケット
26	水	チンジャオロースーパ、パンバンジー、中華スープ、バナナ	米、黒砂糖、押麦、グラニュー糖、ごま油、片栗粉、三温糖	牛乳、豚肉、鶏肉、小豆、豆腐	バナナ、たまねぎ、ピーマン、たけのこ、きゅうり、にんじん、こまつな、しいたけ	牛乳 ぜんざい	リッツ
27	木	雑穀ごはん、レバーの香味焼き、千切りイリチー、キャベツと油揚げのみそ汁、オレンジ	米、食パン、こんにゃく、バター、雑穀、油、片栗粉	牛乳、みそ、豚肉、チーズ、油揚げ	オレンジ、キャベツ、切干大根、にんじん、こんぶ	牛乳 チーズトースト	胚芽クラッカー
28	金	<誕生会メニュー> ミートソーススパゲティ、型抜きチーズ、グリーンパスタ、いちご	スパゲティ、バター、クレープ(卵不使用)、三温糖	豚肉、チーズ、牛乳	いちご、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、ほうれんそう、トマト、ピーマン、コーン	ぶどうジュース、クレープ	源氏パイ

☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施していきます。

☆給食時にアレルギー症状を発生させないために、一度も口にされていない食品は必ずご家庭で食べられてから通園していただきますよう、ご協力よろしくお願いします。



2025年

2月離乳食献立表

(社福)ペリー福祉会
ペリー保育園
栄養士 平良裕子

回食		1回食(午前)				補食(午後)	
月齢		7・8ヶ月		9・10・11ヶ月		7・8ヶ月	9・10・11ヶ月
固さの目安		舌でつぶせる固さ		歯ぐきでつぶせる固さ		舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
		絹ごし豆腐位(つぶつぶ)		バナナ位(荒みじん切り)		豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(荒みじん切り)
		献立名	材料	献立名	材料	献立名(材料)	
1	土	 生活発表会 					
3	月	全がゆ 魚の煮つけ ゆかり和え けんちん汁 オレンジ	米、白身魚、 きゅうり、大根、 にんじん、しめじ、 オレンジ	軟飯 魚の煮つけ ゆかり和え けんちん汁 オレンジ	米、白身魚、 きゅうり、大根、 にんじん、しめじ、 オレンジ	・さつま芋おじや (米、さつま芋)	
4	火	ビビンバ(全がゆ) 鶏スープ バナナ	米、鶏肉、 にんじん、小松菜、 大根、バナナ	ビビンバ(軟飯) 鶏スープ バナナ	米、鶏肉、 にんじん、小松菜、 大根、バナナ	・ゆかりおじや (米、ゆかり)	
5	水	全がゆ 魚の煮つけ ゆでブロッコリー レタスのスープ すりおろしりんご煮	米、白身魚、 ブロッコリー、 レタス、鶏肉、 しめじ、りんご	軟飯 魚の煮つけ ゆでブロッコリー レタスのスープ 煮りんごスライス	米、白身魚、 ブロッコリー、 レタス、鶏肉、 しめじ、りんご	・ツナおじや (米、ツナ)	
6	木	全がゆ 豆腐の煮つけ 小松菜炒め もずくのみそ汁 オレンジ	米、豆腐、小松菜、 玉ねぎ、にんじん、 ツナ、もずく、 えのき、オレンジ	軟飯 豆腐の煮つけ 小松菜炒め もずくのみそ汁 オレンジ	米、豆腐、小松菜、 玉ねぎ、にんじん、 ツナ、もずく、 えのき、オレンジ	・青のりおじや (米、青のり)	
7	金	煮込みうどん ふかし芋 オレンジ	うどん、鶏肉、 ほうれん草、 さつま芋、オレンジ	煮込みうどん ふかし芋 オレンジ	うどん、鶏肉、 ほうれん草、 さつま芋、オレンジ	・おかかおじや (米、かつお節)	
8	土	わかめうどん ふかし芋 オレンジ	うどん、鶏肉、 わかめ、玉ねぎ、 にんじん、さつま芋、 オレンジ	わかめうどん ふかし芋 オレンジ	うどん、鶏肉、 わかめ、玉ねぎ、 にんじん、さつま芋、 オレンジ	・鮭おじや (米、鮭)	
10	月	二色丼(全がゆ) 豆腐のみそ汁 すりおろしりんご煮	米、鶏肉、にんじん、 ほうれん草、 豆腐、わかめ、 りんご	二色丼(軟飯) 豆腐のみそ汁 煮りんごスライス	米、鶏肉、にんじん、 ほうれん草、 豆腐、わかめ、 りんご	・ふかし芋 (米、さつま芋)	
11	火	建国記念日					
12	水	全がゆ 鶏肉の煮つけ にんじん炒め アーサのみそ汁 オレンジ	米、鶏肉、 にんじん、玉ねぎ、 ツナ、アーサ、 えのき、オレンジ	軟飯 鶏肉の煮つけ にんじん炒め アーサのみそ汁 オレンジ	米、鶏肉、 にんじん、玉ねぎ、 ツナ、アーサ、 えのき、オレンジ	・ゆかりおじや (米、ゆかり)	
13	木	全がゆ 魚の煮つけ ポパイサラダ かぼちゃスープ オレンジ	米、白身魚、 ほうれん草、 にんじん、かぼちゃ、 玉ねぎ、オレンジ	軟飯 魚の煮つけ ポパイサラダ かぼちゃスープ オレンジ	米、白身魚、 ほうれん草、 にんじん、かぼちゃ、 玉ねぎ、オレンジ	・青のりおじや (米、青のり)	
14	金	野菜おじや 豆腐の煮付け ふのみそ汁 オレンジ	米、ツナ、にんじん、 玉ねぎ、グリルピーズ、 豆腐、ふ、わかめ、 オレンジ	野菜おじや 豆腐の煮付け ふのみそ汁 オレンジ	米、ツナ、にんじん、 玉ねぎ、グリルピーズ、 豆腐、ふ、わかめ、 オレンジ	・かぼちゃおじや (米、かぼちゃ)	



2月離乳食献立表



回食		1回食(午前)				補食(午後)	
月齢		7・8ヶ月		9・10・11ヶ月		7・8ヶ月	9・10・11ヶ月
固さの目安		舌でつぶせる固さ		歯ぐきでつぶせる固さ		舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
		絹ごし豆腐位(つぶつぶ)		バナナ位(荒みじん切り)		豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(荒みじん切り)
		献立名	材料	献立名	材料	献立名(材料)	
15	土	厨房内清掃の為、市販品対応となります。					
17	月	そばろ丼(全がゆ) スティック野菜 オニオンスープ オレンジ	米、鶏肉、玉ねぎ、 にんじん、大根、 鶏肉、オレンジ	そばろ丼(軟飯) スティック野菜 オニオンスープ オレンジ	米、鶏肉、玉ねぎ、 にんじん、大根、 鶏肉、オレンジ	・ゆかりおじや (米、ゆかり)	
18	火	全がゆ 鮭の煮つけ いんげん炒め 豆腐のみそ汁 バナナ	米、鮭、いんげん、 豆腐、バナナ	軟飯 鮭の煮つけ いんげん炒め 豆腐のみそ汁 バナナ	米、鮭、いんげん、 豆腐、バナナ	・おかかおじや (米、かつお節)	
19	水	全がゆ 豆腐の煮つけ マカロニサラダ ほうれん草のみそ汁 オレンジ	米、豆腐、マカロニ、 きゅうり、 ほうれん草、玉ねぎ、 オレンジ	軟飯 豆腐の煮つけ マカロニサラダ ほうれん草のみそ汁 オレンジ	米、豆腐、マカロニ、 きゅうり、 ほうれん草、玉ねぎ、 オレンジ	・青のりおじや (米、青のり)	
20	木	全がゆ 鶏肉の煮つけ スティックきゅうり 野菜スープ すりおろしりんご煮	米、鶏肉、 きゅうり、にんじん、 小松菜、りんご	軟飯 鶏肉の煮つけ スティックきゅうり 野菜スープ 煮りんごスライス	米、鶏肉、 きゅうり、にんじん、 小松菜、りんご	・かぼちゃおじや (米、かぼちゃ)	
21	金	全がゆ 野菜煮 挽割納豆 ほうれん草のみそ汁 オレンジ	米、鶏肉、 にんじん、白菜、 えのき、納豆、 ほうれん草、 オレンジ	軟飯 野菜煮 挽割納豆 ほうれん草のみそ汁 オレンジ	米、鶏肉、 にんじん、白菜、 えのき、納豆、 ほうれん草、 オレンジ	・ゆかりおじや (米、ゆかり)	
22	土	厨房内清掃の為、市販品対応となります。					
24	月	天皇誕生日振替休日					
25	火	全がゆ 魚の煮つけ 野菜炒め 大根のみそ汁 すりおろしりんご煮	米、白身魚、 にんじん、小松菜、 大根、しめじ、 りんご	軟飯 魚の煮つけ 野菜炒め 大根のみそ汁 煮りんごスライス	米、白身魚、 にんじん、小松菜、 大根、しめじ、 りんご	・おかかおじや (米、かつお節)	
26	水	チンジャオロース丼 (全がゆ) バンバンジー 豆腐スープ バナナ	米、鶏肉、ピーマン、 玉ねぎ、にんじん、 きゅうり、豆腐、 小松菜、バナナ	チンジャオロース丼 (軟飯) バンバンジー 豆腐スープ バナナ	米、鶏肉、ピーマン、 玉ねぎ、にんじん、 きゅうり、豆腐、 小松菜、バナナ	・青のりおじや (米、青のり)	
27	木	全がゆ 豆腐の煮つけ 干切りイリチー キャベツのみそ汁 オレンジ	米、豆腐、大根、 にんじん、キャベツ、 オレンジ	軟飯 豆腐の煮つけ 干切りイリチー キャベツのみそ汁 オレンジ	米、豆腐、大根、 にんじん、キャベツ、 オレンジ	・ほうれん草おじや (米、ほうれん草)	
28	金	煮込みスパゲティ ほうれん草のスープ いちご	スパゲティ、鶏肉、 にんじん、玉ねぎ、 ほうれん草、 いちご	煮込みスパゲティ ほうれん草のスープ いちご	スパゲティ、鶏肉、 にんじん、玉ねぎ、 ほうれん草、 いちご	・かぼちゃおじや (米、かぼちゃ)	

※厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。

※献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。

※離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

※鶏肉は、中までしっかり火が通るように、火力を調整してください。



ほけんだより



2025年も早1か月が経とうとしています。ここ沖縄では、日本一早い桜の開花が始まり、少しずつ春の訪れを感じるような様子もあります。しかし、週によって気温の上がり下がりが激しく、衣類の調整も悩むところです。

1月末現在も沖縄県では、「インフルエンザ警報」が継続中です。百日咳や感染性胃腸炎なども発生数が多く、日常の手洗い・うがい、咳エチケット、規則正しい生活習慣、バランスの良い食事、たっぷりの睡眠などで予防していきましょう。

乳幼児期は「これでもか!」というくらいに感染症や体調不良に悩まされます。しかし、まだこの世に生まれて数年の子ども達は様々な環境に揉まれ、予防接種なども含めて免疫の獲得を行っている途中です。私達、大人も同じような過程をたどって次第に強く、たくましく育ってきましたよね!

感染を成立させないためには、感染源を「持ち込まない」「持ち出さない」「拡げない」という3原則を意識することで最小限にすることができます。まだまだ冬の感染症予防は続きそうですね。



豆まき、ちょっと工夫しましょう

2月3日は節分です。楽しい行事ですが、いり豆は窒息の原因となりやすく、のどにつまらせたり、誤嚥が生じることがあります。3歳頃まではその危険があるために、食べる際は大人が目を見守らないようにしましょう。

豆を食べるときは……

★落ち着いて食べる(きちんと座って、大人の目の前で見守りながら少しずつ食べさせましょう。)

★水分と一緒にとる(のどをうるおして、飲み込みやすくしましょう。)

こんなものにも要注意!



いり大豆



アーモンド



ピーナッツ



枝豆

実は色にも意味がある!?

鬼の色にも意味があるんですよ~

- ・赤…食欲、欲望、渴望
- ・青…瞋恚(しんい)、悪意、憎しみ、怒り
- ・緑…惛沈睡眠、倦怠、眠気、不健康
- ・黒…疑、愚痴、疑いの心
- ・黄(白)…掉挙悪作、心の浮動、後悔、甘え、我執



今年はどうな鬼を退治しますか?



風邪をひかないためには、何を?

免疫には、体内に侵入したウイルスや細菌などの病原体と戦ったときに、その武器(抗体)を残しておき、次に同じ病原体が侵入したときに速やかに攻撃できる仕組みがあります。そのため、子どもは成長とともにカゼをひきにくくなります。

しかし、風邪の原因となるウイルスは200種類あると言われていて、インフルエンザのように変異しやすいウイルスや、ノロウイルスのようにタイプが多いウイルスもあり、油断は大敵。「3つの保」でカゼを防ぎましょう。

体を保温する



薄手の洋服の重ね着、首とつくところを温めるなどして保温をしましょう。厚着は逆にカゼをひきやすくなる原因に。洋服は化繊より、肌ざわりのよい綿がオススメ。

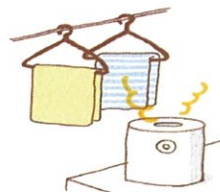
室内を保湿する

空気が乾燥すると鼻やのどの粘膜がダメージを受け、ウイルスが浮遊しやすくなります。加湿器や室内に洗濯物を干したりして湿度約50%前後を保てると良いでしょう。

※加湿器肺炎に注意!

加湿器の中にある水分で発育したカビなどを吸い込むことにより、アレルギー反応を起こしてしまいます。

原因は加湿器のメンテナンス不足。ミネラルウォーターではなく、水道水を使用しましょう。加湿器だけでなく、エアコン(暖房)のメンテナンスもお忘れなく!



体を保護する



保護とは「気を付けて守ること」。よく寝て、栄養バランスのとれた食事をするように気を配り、健康を守りましょう。

水ぼうそうは、たいじょうほうしん 帯状疱疹の原因にも

水ぼうそうは、水痘・帯状疱疹ウイルスが原因で起こります。 全身に発疹ができ、やがて水ぶくれ(水疱)からかさぶたに変化します。治った後もウイルスが体内に残り、帯状疱疹という病気を引き起こすことがあります。

予防接種を受けずに水ぼうそうにかかる
と、体調が悪くなったりして免疫が落ちたとき
に、ウイルスが暴れだし、帯状疱疹を起こ
します。予防接種を受けると、水ぼうそう、
帯状疱疹の両方を防ぐことができます。

本人を
守る



みんなを
守る

水ぼうそうは、妊娠中の女性がかかると、胎
児に影響を及ぼすことがあります。みんなが
予防接種を受けて流行を防ぐことは、多く
の人を守ることに繋がります。

高熱の後、 発しんが出る 突発性発疹

2歳くらいまでに多くの子がかかります。0歳代に初
めての高熱にびっくりしたら、突発性発疹だった…と
いうケースが多いようです。1回だけと思われがちで
すが、複数回かかることもあります。

3日くらい熱が続く

突然 38~39 度の高熱が出ます。鼻水
や咳などの症状はなく、熱のわりに元気な
のが特徴です。水分をしっかりととり、汗をこ
まめに拭いて、気持ちよく過ごせるようにし
ましょう。

注意

突然の高熱は、熱性
けいれんを引き起こすこ
とがあります。



ポツポツが出る

熱が下がると、赤い発疹がお腹
や背中に出てきます。この発疹が
出て初めて突発性発疹とわかり
ます。

登園の目安…熱が下がり、機嫌がよく、全身状
態が良いこと。
登園には、**登園届**が必要です。

人の体温はなぜ36度？

健康的な体温は 36.5~36.8 度。
この体温を保てることで、
☆動脈が酸素や栄養を運ぶ
☆静脈によって二酸化炭素、老廃物を排出
☆代謝酵素の活性化
☆免疫細胞の活性化
など、健康を保つことが可能なのです。

しかし、36度以下になってしまうと…

- 😞 自律神経の乱れ
- 😞 肩こり
- 😞 腰痛
- 😞 関節痛
- 😞 手足のしびれ
- 😞 古傷がうずく
- 😞 感染症

などが発生しやすくなってしまいます。

異物・危険物を 飲んでしまったとき

食べ物以外のものを口から飲み込んでしまう事を「誤飲」といい、頻繁に発生し
ている子どもの事故です。誤飲の危険があるものは、子どもの手の届く範囲に置
かないことが基本です。ティッシュペーパーやポリ袋、せっけん、電池などの生活
用品の管理にも注意が必要です

誤飲発生リスト

- ・紙(ティッシュペーパー、新聞紙など) ・シール ・電池 ・金属製品
- ・シャボン玉液 ・医薬品 ・たばこ ・ビー玉 ・硬貨 ・プラスチック製品
- ・ペットボトルのふた ・ゴムボール(小) ・おもちゃ(部品を含む) など

注意

誤飲によって窒息したり、消化管が傷ついたり、消化管に穴が
開いてしまう場合もあります!!

子どもの口の大きさを確認

3歳の子どもの口の大きさは約 4 cm。これより小さな
ものは全て飲み込んでしまうと考えましょう。トイレッ
トペーパーの芯の直径がほぼ同じ大きさなので、目安
にしてみましょう。



(財) 日本中毒情報センター/中毒110番

(つくば) **029-852-9999**

(24時間365日受付)

(大阪) **072-727-2499**

(24時間365日受付)

特に気をつけたいもの

□ 薬のプラスチックシート

⇒消化管を傷つけます。



□ ボタン電池

⇒短時間のうちに消化管に潰瘍
をつくったり、穴をあける。場合に
よっては命の危険も。



□ 水でふくらむビーズ (芳香剤、消臭剤、園芸用品 などに使用されている)

⇒体内で数倍にふくらみ、
腸閉塞の原因に。



□ たばこ、お酒など

⇒ひどい中毒症状が
出ることも。

