

ほけんだより

令和3年8月31日発行

くるみこども園

看護師 田浦 百合子

千葉県でも「緊急事態宣言」が延長されました。

先日程らくアプリでもお伝えしました通り、8月中は保育・教育機関(こども園・保育園・小中高校)での急速な感染拡大が報告されています。9月中は柏市からの登園自粛のお願いもありましたが、各ご家庭におかれましては、感染状況にご留意いただき、不要な感染拡大を防ぐための対策にご理解とご協力をお願いいたします。

- 発熱(37.5℃を目安)がみられる場合、または体調不良がみられる場合、特に呼吸器系症状(鼻水・咳)がみられる場合は、登園せず医療機関への受診をお願いいたします。
- 登園は、発熱の場合は自然解熱から(解熱剤を使用せず熱が下がってから)最低24時間経過し、かつその他の症状や体調が軽快することを目安とします。解熱してもその他の症状がある・食欲がない・機嫌が悪い等の体調不良のサインがみられる場合は家庭保育(または病後児保育の活用)のご協力をお願いいたします。
- 医療機関を受診の際、感染症の検査を行った場合は必ずすぐに園までご連絡をお願いしています。

※上記のお願いは、コロナウイルスのみならず、集団生活における感染症対策となりますことをご理解ご協力くださいますようお願いいたします。

保健行事

9月の身体測定は登園自粛期間につき身体測定は中止といたします。

「病後児保育」ってなに？

病気やケガなどが回復の途中にあり、通常の集団保育を受けることが難しい子どもを預かる保育サービスのことです。本来の健康で元気な状態ではなく、病気やケガが治りかけている状態の子どもが対象となります。事前に登録が必要なので、いざという時のために、調べてみるのはいかがでしょうか。

※コロナ対策のため利用規定が変更されています。ご確認ください。



柏市子育て情報
「はくはく柏」

9月の始まりです!

夏休み期間が終わるこの時期は、夏の疲れが出始め、天候急変や一日の気温差が増すと体調を崩しやすくなる為生活リズムを整えることが大切です。お休みの日も規則正しく♪生活チェックしてみましょう♪



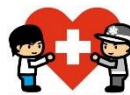
- 朝、すっきりと目覚められない。
- なかなか着替えられない
- 便秘になりやすい
- 寝つきが悪い。寝る時間が遅い。



- 時間を決めて、10分早く起きよう。
- 翌日の服は、寝る前に準備してみよう。
- 朝必ず、トイレタイムをつくろう。
- 夜は30分早く布団に入って、寝る準備をしよう。



救急の日



よくある子どものけが

誤飲

粘らずに救急車

- ①咳をしている場合はしっかり咳をさせる。
 - ②うつ伏せや下向きに抱えて背中を叩く。
- ※出ないと感じた時は、迷わず救急車。
呼吸がないときは心肺蘇生法!

やけど

すぐに冷やす!!

- ①最低でも10分そのまま流水で冷やす
- ②手のひらより大きな範囲をやけどした場合は受診。広範囲は救急車。



打撲

冷やす事と経過観察

- ①患部をよく観察。
 - ②しっかり冷やす。
 - ③安静にして様子を見る。
- ※胸や背中・頭を打ち、反応が乏しくなる時は救急車を呼びましょう。

鼻血

血を飲まない

- ①下を向かせる。
- ②鼻の骨の下、くぼんでいる場所をしっかり圧迫する。

すり傷・切り傷

止血と感染防止

- ①まず傷口をキレイに洗い流す。
 - ②傷の様子を観察。
 - ③清潔な当て布をして圧迫止血。
- ※大きな傷・止血できない時は受診。