

ほけんだより

令和2年9月30日発行
北柏駅前保育園わらび
北柏小規模保育園わらび
看護師 田浦 百合子



猛暑の夏もいつの間にか秋風。すっかり朝晩の気温は下がり、お腹が冷えるのが心配な季節になってきました。気温の変化に対応できるよう、眠る時は足元に一枚暖かい寝具を、日中は、はおれる衣類を一枚準備できると良いですね。また、活動しやすい気候になるので、秋の気配を感じながら、戸外でたくさん遊べると冬に向けた体力作りにつながります。体を慣らし、寒さに負けない体作りを心掛けましょう♪



保健行事

10月5日(月)～9日(金)身体測定週間

節目や季節の移り変わりの時期を目安に年に数回は、測定結果を母子手帳の成長曲線に転記し成長の確認や記録として活用することをお勧めしています。



今年度の健診事業について

新型コロナウイルス感染拡大防止の取り組みにより、今年度は健診欠席者の追加健診を園では実施いたしません。



健診を希望していたが、体調不良等で欠席してしまった場合も、ご家庭で適宜受診していただきますようご理解・ご協力をお願いいたします。

気温の変動が激しいこの時期は、鼻水・咳をはじめとした呼吸器系の症状が多くみられるようになります。今年度は、特に新型コロナウイルスの感染拡大の懸念もあるため、体調不良の際は、無理をして登園せず自宅での経過観察をお願いしています。体調の変化に応じて、適宜医療機関への受診もお願いしています。

また、新型コロナウイルスの感染者がご家族内で発生した場合や、ご家族またはお子様が濃厚接触者として特定され検査を受ける際などは、園への連絡にご協力ください。園内の感染拡大防止の対応となります。重ねて、ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

安全に食べる ～Safe eating～ について



9月、東京で4歳児の窒息事故が起きました。子どもの死因で多くみられる「不慮の事故」の中には『窒息』『交通事故』『溺水』『転倒・転落』等があります。以下の食品による窒息は乳幼児だけではなく、小学生でも事故例が多く、注意が必要です。

《窒息しやすい食品の特徴》 ※口に入れる全ての物に「窒息」の危険はありますが、特に注意が必要な食品を例に挙げます。ミニトマト・ブドウ・飴玉・白玉団子・バナナ・ピーナッツなどの豆類・丸い形状の硬めのラムネ・いくら等 ※形状が丸く小さい。つるんとしている。ベトベトして飲み込みにくい。硬い。などの特徴があります。

《安全に食べるために注意したい行動》

- ・仰臥位(横になった状態)、歩きながら、遊びながら食べる
- ・口に食べ物が入ったままでの会話
- ・テレビを見ながら食べる等の、ながら食べ
- ・食事中に驚かす・騒がしい環境での食事
- ・兄弟が危険な食べ物を与えてしまうことがある



《予防のために出来ること》

- ・食材を適切な大きさに切る
- ・よく噛んで食べさせる
- ・食べる事に集中させる

子どもの窒息のサイン

- ・のどを押さえる。口に指を入れる。
- ・声を出せない。・呼吸が苦しそう。



応急処置

※窒息を解除できた場合でも、誤嚥の可能性や応急処置をした場合、内臓損傷のリスクもあるため必ず、医療機関に受診するようにしましょう。

- ①(乳児) 背部叩打法
- ② 背部叩打法変法
- ③ ハイムリッヒ法

