



# 12月ほけんだより



太陽の子保育園平成23年12月

毎年、この時期になると、1年という時の流れの速さに驚かされます。年末の大掃除で、小さくなった服やお絵かきを見つけて、子どもたちの成長ぶりを、改めて実感する時期でもありますね。

かぜの流行が始まりましたが、残りわずかとなった2011年、毎日を元気で過ごせますように。



## やけどの処置

熱いお茶やストーブなど、子どもにとって危険なものがいっぱいあります。もし誤ってやけどをしてしまったら、落ちついて対処しましょう。

やけどには1度、2度、3度と程度があります。  
1度…赤くなり、ひりひりします。  
2度…水泡ができて、痛みも強いです。  
3度…感覚がない。皮膚が黒くこげたり、白く変色したりします。

※すぐに水で冷やす応急処置をして、病院へ行きましょう。

## 手足のやけど

水道水で30分くらい冷やし、痛みや熱さを感じられなくなったら病院へ行きます。

## 胸・おなかのやけど

すぐホースで水をかけるか、水風呂につけて冷やします。服は脱がせるか、切るか、そのままか、そのときの状況によります。

やけどの部分に軽くガーゼを当て、病院へ行きましょう。

※すぐに水につけて冷やすことが鉄則です。



## かぜの予防

- うがいや手洗いをし、のどや手についているウイルスを落としましょう。
- 汗をかいたら着替えをしましょう。
- 室内の空気中には、みんなのせきやくしゃみでウイルスがウヨウヨしています。窓をあけ、新鮮な空気と入れ替えましょう
- 睡眠を十分とり、栄養もとりましょう。
- 湯冷め、うたた寝をしないようにしましょう。

※もしかぜをひいたら、医師の診断を受けましょう。

## 子どもの耳

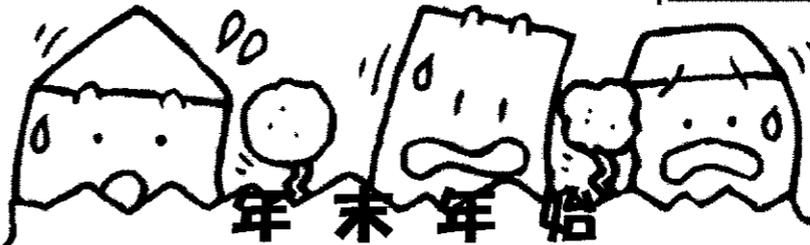
子どもの中耳炎は冬に多く、ほとんどはかぜによるものです。子どもの耳は発達途中のため、せきによって鼻やのどにいる細菌やウイルスが、耳の方まで行ってしまうのです。そのため中耳炎を起こしやすく、再発しやすいのです。



## 0歳児健康診断

12月21日(水)

10:30~



## 子どもの急病に備えてチェック!!

### 夜間・休日の急病に

◆小児救急医療電話相談：#8000

(全国共通番号/携帯からの通話可)

### 応急手当を知りたい

◆日本赤十字ホームページ

→「とっさの手当・予防を学びたい」

<http://www.jrc.or.jp/study/safety/index.html>

### タバコや薬をのみこんでしまった

◆中毒110番

つくば中毒110番：029-852-9999

(365日/9:00~21:00)

大阪中毒110番

:072-727-2499

(365日/24時間)

## 11月の感染症

溶連菌・5名

マイコプラズマ疑い・1名

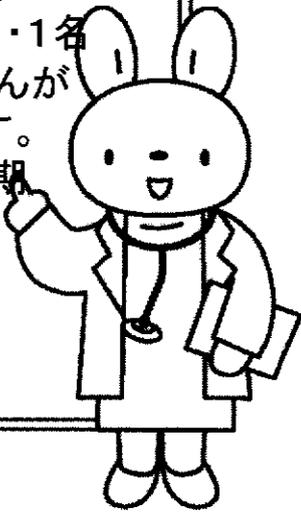
発熱のお子さんが多くみられます。

これからの時期

嘔吐下痢症

にも十分注意

しましょう。



こんなとき

## どうする?

お風呂に入れてもいい?



微熱 (~37.5℃) で、元気があれば、入ってもよいでしょう。長湯にならないようにし、湯冷めしないように、髪をしっかり乾かしてください。

市販の薬を飲ませたい...



忙しくて受診する時間がとれない場合もあると思いますが、受診のタイミングを逃して、症状が悪化することもあるので、注意が必要です。