



太陽の子保育園平成29年11月

これから、日中はまだ暖かいものの確実に寒くなっていきます。空気も乾燥してきます。気持ちのいい晴れの日が多いほど、朝晩の冷気は強くなってきますのでこれからの季節健康維持のため、ご家庭では以下のことに気をつけましょう。

- ☆外から帰ったらうがい・手洗い
- ☆厚着はしない
- ☆乾燥のしすぎと朝晩の温度差に注意して風邪を予防し、楽しい秋の活動を深めていきましょう。

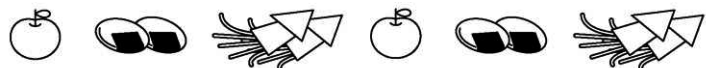
シールの誤嚥に注意

<p>子どもはシールが大好き。おうちでもいろんなところにベタベタと貼って遊んでいることも多いのではないのでしょうか。そのシールによる誤嚥</p>	<p>事故が報告されています。のどの奥のほうへ入り込むと、貼り付いて窒息することもあります。分厚いプラスチック製のシールはのどを傷つけることも。全身麻酔をして</p>	<p>取り除いた例もあります。シールは小さな子どもの手の届かない場所へ。お兄ちゃんお姉ちゃんがシールで遊んでいたら、赤ちゃんが誤って手にしないよう十分注意を。</p>
--	---	---



厚生労働省と日本歯科医師会は、「生涯を通じた歯の健康づくり」を実施するため、8020運動を進めています。8020運動とは、80歳まで自分の歯を20本残し、健康な食生活ができるようにというものです。

一度虫歯になり抜いてしまった歯は、二度と生えてきません。自分の歯を残すためにも、食後の歯磨きを忘れずに、栄養と健康に気をつけて生活しましょう。



0歳児健康診断
11月12日(火)
14:20~
先月秋の健康診断
欠席した子も行います。

**10月の感染症
手足口病**
・・・10名
こまめな手洗い・うが
いを心がけましょう

鼻水・鼻づまり

鼻水や鼻づまりはどのように起こるのでしょうか？

鼻水…鼻を通る空気の流れや、温度、湿度、空気に含まれるゴミなどの刺激によって出ます。

鼻づまり…細菌やウイルスや冷たい空気が入ってくると、鼻の粘膜の下の血管がはれ上がり、空気の通り道が狭くなります。この状態を鼻づまりといいます。いつも鼻水をためたままにしておくと、鼻やのどの粘膜が炎症を起こし、ほかの病気を招きます。

手足口病とは

手足口病とは夏かぜの一種で、せきや唾液からうつります。名前の通り、手足口に白い水疱状の発疹ができ、口の中の口内炎が痛み、食欲が落ちます。一週間くらいで治りますが、食欲がなくても水分補給は忘れないようにしましょう。日ごろからうがい・手洗いをし予防しましょう。

やけど

冬場は特に、やけどの原因となるようなものがたくさんあります。周りの環境や子どもの状況に気を配りましょう。やけどをしたら、すぐ流水で冷やします。

応急処置の仕方

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、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する。

※1度の軽症以外は病院へ行きましょう。

●手足のやけどの場合
流水で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。

●胸・おなかのやけどの場合

- ①すぐ水をかけるか、水風呂につけて冷やします。
- ②服は脱がせるか切るか、そのときの状況によります。
- ③やけどの部分に軽くガーゼを当て、病院へ。

迷わず病院へ

やけどの広さが、大人の手のひら以上の大きさがある、皮膚が白く、皮がむけている、顔、目、鼻、口、外陰部のやけど、低温やけど、水ぶくれができた、数日たち、化膿してジュクジュクしている、2度以上のやけど、このような場合はすぐ病院に行きましょう。

※やけどの治療を勝手にやめると、跡が残ることもあります。医師の指示に従いましょう。また、やけどの原因を探り、危険を取り除きましょう。