

1ましゅだよりりか"こ

太陽の子保育園 2025年9月号



まだまだ残暑が厳しいですが、朝晩には少しずつ秋の気配が感じられるようになりましたね。夏を元気に過ごした子どもたちは、ちよびり日焼けして、たくましくなったように感じます。9月9日は『救急の日』です。もしもの時に備えて、ご家庭でも救急箱の中身や避難経路について話し合ってみるのもいいかもしれませんね。季節の変わり目は体調を崩しやすいので、早寝早起きを心がけ、元気な体で秋を迎えましょう。ご家庭で気になることがあれば、いつでもお気軽に声をかけてください。



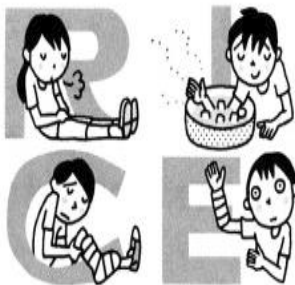
9月9日は救急の日



病院や診療所にかかるまでの間、損傷部位の障害を最小限にとどめるためにおこなう方法を「応急処置(RICE 処置)」といいます。

Rest (安静にする)

負傷した部位を動かさず、安静に保ちます。無理に動かすと、症状が悪化する可能性があります。



Icing (冷やす)

即座に患部を氷などで冷やすと、血管が収縮して、内出血や腫れが少なくなります。冷やしすぎないようにしましょう。

Compression (圧迫)

患部を弾力のある包帯などで軽く圧迫します。これも内出血や腫れを抑える目的で行います。強く締め付けすぎると血行が悪くなるため、適度な力加減が大切です。



Elevation (高く上げる)

患部を心臓より高い位置におきましょう。出血や腫れを防ぐことができます。

しかし、意識消失、ショック、頭・頸・背部の外傷や大量出血、脱臼・骨折が疑われる著明な変形など、重症なときは、すぐに救急車やドクターを呼び、むやみに動かさないようにしましょう。

正常性バイアスってご存知ですか？

人間は、災害が起こると言われていても、他の地域が被災しても、なぜか「自分だけは大丈夫」と思ってしまう。これを**正常性バイアス**、あるいは**楽観主義バイアス**などと呼びます。日常生活では些細なことでも不安にならずに目の前のことに取り組めるので非常に役立つ仕組みなのですが、災害時には仇になることも。



災害が起こったら、正常性バイアスが働かないよう、意識して気持ちを「非常事態モード」に切り替えましょう。そして、家族や周りの人が正常性バイアスに惑わされていたら、「なにより命が大事」「早く逃げなきゃ」と声をかけてください。もしかしら、それが命を救うことになるかもしれません。



台風の子節です

この時期に...

保育園では、咳に苦しむ子が多い傾向にあります。

風邪をひいてから咳が長引いたり、特に夜間や明け方に症状が悪化するようでしたら、

早めに医療機関を受診するようにしてください。



題字と手書きのイラストは、らいおん組さんにかいてもらいました。

甘えることって、とっても大事

アタッチメントを知っていますか？

抱っこされたり、なでられったりすると、赤ちゃんや子どもの脳内にはオキシトシンなどの幸せホルモンが湧き立ちます。その「とても心地よい状態」のときに、いつも見聞きする「やさしい声」や「笑顔」が結びついて、アタッチメント(愛着関係)が作られます。子どもはその関係をベースに、外の世界の探索を始めます。赤ちゃんの時期を卒業しても、子どもが不安そうなときは、いつでもぎゅっと抱きしめてあげてください。

愛着関係があるから、少し離れても大丈夫



転倒による水筒の事故にご注意ください



気温が高くなり、水分補給が欠かせない時期は、水筒を持ち歩く機会も増えますね。しかし、転倒した際に首や肩に掛けていた水筒が腹部に強く当たり、内臓を損傷する等の事故が起きています。お子様が思わぬケガをしないよう、以下の点にご注意ください。

【水筒に関する注意ポイント】

- 1.水筒は、なるべくリュックサック等に入れて持ち歩きましょう
- 2.水筒を首や肩に掛けているときは、走らないように声掛けをお願いします
- 3.遊具等で遊ぶ際は、水筒を外し、決まった場所に置いてから遊びましょう