



ほけんだより



文責：静谷

朝夕の涼しい風に秋の気配を感じるようになりましたが、日中はまだまだ暑い日が続いています。気温の変化で体調を崩さないように、ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるなどして、元気に残暑を乗り切りましょう♪



9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です

令和8年熊本地震から1か月が経過しました。日常が少しずつ戻る一方で、またいつ災害が起こるかわかりません。だからこそ、もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。当園でも毎月、地震・火事の避難訓練を実施しています。煙を吸わずに逃げる方法や地震の時には机の下に隠れるなど、ご家庭でも日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにしましょう。

家の中にも事故やけがを招く危険がたくさんあります！事故を防ぐために、一度確認してみましょう。

- こどもの手の届く場所に置いていませんか？
薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁など
- 窓の近くやベランダに踏み台になりそうな物を置いていませんか？
- コンセントなどにいたずらができないようにしましょう
- 浴室にはこども一人で勝手に入れないよう工夫しましょう。

ご家庭に救急箱はありますか？いざという時にすぐに使えるよう準備しておきましょう！



こんなときどうする！？～けいれん編～

スマホで動画を撮影しておくのも◎



こどもがけいれんを起こしたら、まず衣服をゆるめ、嘔吐物を喉に詰まらせないように横向きに寝かせます。舌を噛まないように口の中に布を詰めたり、けいれんしているこどもを揺さぶったり押さえつけたりせず、様子を静かに見守りましょう。また、けいれんの続いた時間を計って記録し、医師へつたえましょう。

熱性けいれんが
起こったら

けいれんの
様子を確認

衣服をゆるめる



けいれんが続いた
時間を計測

NG

口にものを
つめる

顔を横に向ける

こんな時は救急車をよびましょう！

- はじめてけいれんを起こした
- 頭を打った後にけいれんを起こした
- 5分以上けいれんが止まらない
- 体の一部だけがけいれんしている
- 一度止まって、再度けいれんが起こった
- けいれんが治まっても意識が戻らない
- 嘔吐や頭痛を伴うけいれん



★当園では、入園時に熱性けいれんの既往歴を確認しています。

また、入園後に熱性けいれんが起きた場合はその状況を確認し、全職員で共有しています。