



# 9月のほけんだより



牛久さくら保育園

令和6年9月1日

残暑が厳しい日が続いています。夏の疲れが出やすくなる時期なので、ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるなどして、体調を崩さないように気を付けましょう。



## 防災週間（8月30日～9月5日）

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。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。

また、お子さまにも火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、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。

おうちの中にも事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- 子どもの手の届く場所に置いてはいけない物  
（薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など）
- 踏み台になる物はベランダに置かない
- コンセントなどをいたずらできないようにする
- 遊び食べに注意する（食べ物が喉に詰まることがある）
- 浴室には子ども1人で勝手に入れないよう工夫する



### ～お知らせ～

8月は大変暑い日々が続きましたが、暑さ指数を園でも計測して、安全に水遊びやプール遊びができるように工夫して実施することができました。ご家庭でも、旅行やお祭りに行ったなど、夏の思い出ができたのではないのでしょうか。

8月の感染症は、7月に引き続いて手足口病やヘルパンギーナが多く、そして溶連菌感染症、胃腸炎でした。急な発熱で早退するお子様も多くいました。

引き続き夏風邪と、今後は胃腸炎にも注意が必要な時期になりますので、基本は手洗い・うがいの習慣を続けていき、体調の変化に注意していきましょう。



## 風疹



空気中の風疹ウイルスが鼻や口から入り、2～3週間の潜伏期間を経て、赤い発疹が顔から現れて全身へ広がります。耳の後ろや首の後ろのリンパ腺が腫れることもあります。「三日ばしか」とも呼ばれるように、3日程で熱も下がり発疹もきれいに消えます。1歳になったら、早めの予防接種をお勧めします。