



社会福祉法人 智雲山福祉会 こがね保育園 令和 元年 9月 2日発行

9月1日は 防災の日 食料の備蓄を 9月9日は 救急の日

もしもの時のために、普段から保存できる食料を備えておくことが大切です。飲料水や非常食(アルファ化米や缶詰、菓子など、普段から食べ慣れているもの)を最低3日分は用意しておきます。食物アレルギーがある場合は、対応食も準備しておきましょう。また、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、日ごろから緊急時に備えるようにしましょう。



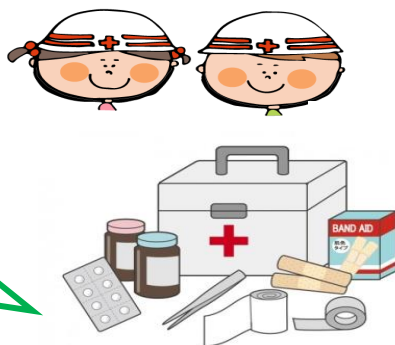
おうちの中にも事故やケガを招く危険なものがたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしておきましょう。

- ・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(食べ物が喉につまることがある)
- ・浴室には子ども一人で勝手に入れないようにする。

- ・中身を点検しておきましょう (薬・ガーゼ・テープ・爪切り・ピンセット・絆創膏・体温計・脱脂綿・綿棒・包帯・はさみは、入れておく)と便利です。)
- ・薬の使用期限は1年に1度は確認しましょう。
- ・消耗品は使ったら買い足しておきましょう。

救急の日



注意

- 育児相談は行うことができません。
- 相談料は無料ですが、通話料は利用者負担となっております。
- あくまで電話相談であり、診察などの医療行為は行うことができません。
- 明らかに緊急を要する場合は、119番をご利用ください。
- 20時から23時は特に電話が込み合うことがあります。

子どもの急な病気に困ったら、まず
小児救急電話相談
#8000

午前中の元気のもと！ 朝ごはん



朝ご飯は、寝ている間に使われたエネルギーや栄養素を補う大切な食事です。朝ご飯を食べないと、身体が十分に目覚めず、エネルギー不足で午前中元気に活動できません。子どもが朝から元気に遊べるように朝ご飯を食べさせましょう。

朝ごはんを食べると良いことたくさん

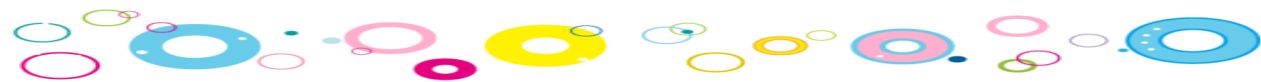
- 脳が活性化
- 体温が上昇し活動的になる
- 排便を促す
- 集中力が高まる
- 身体のリズムがととのう
- やる気が出る
- 太りにくい



おなかやすくりズムを持てる子どもに



おなかやすくりズムを持つには、1日3回の食事とおやつを定期的に食べて、十分に遊んで体を動かすようにします。また、子どもの食べる量を確認し調整していくことで、子どもが空腹感を満たす量やその心地よさを感じられるようにします。おなかやすくりズムを繰り返し経験することで、生活リズムがつくられていきます。



9月20日～26日は動物愛護週間です

身近な動物から感染する 病気と対策



動物と触れ合ったり、世話をしたりすることは、子どもたちにとって、命の大切さなどを学ぶ機会になります。ご家庭によってはペットを飼っていたり、触れ合い動物と触れ合ったりする機会もあるかと思いますが正しい接し方を知って、病気などに感染しないように気を付けましょう。

動物を飼う時は...

近年では、ペットとして飼う動物と人間との距離感が近づき、家族の一員になっています。しかし、人と動物との距離が近くなるほど、動物から病気がうつる危険性も高まります。動物の特性や注意事項を知り、動物を正しく飼い、感染症にならないように注意して、人も動物もお互いによりよい状態で過ごせるようにしましょう。

動物を飼う時に注意すること

過剰な触れ合いはひかえる

動物と一緒に寝たり、お風呂に入ったたり、自分の箸で餌を与えたり、口移しをしないこと。また口の周りをなめさせない、寝室には入れないことです。



排泄物などはこまめに処理する

糞は病原体が増殖しやすく、糞尿が乾燥して中の病原体が空気中に漂うことがあります。マスクをしてこまめに処理をしましょう。室内で鳥を飼っている場合には、こまめに掃除を行い、きちんと換気をしましょう。

動物の身の回りを清潔にする

飼っている動物は、フッシングや爪切りなどの手入れをこまめにします。また、飼育小屋や鳥かごなどは毎日掃除をして清潔に保ちます。また、ペット用の敷物や水槽の水などは細菌が繁殖しやすいので、こまめに洗います。



世話や触れ合った後は手を洗う

動物と触れ合ったり、掃除や世話をしたりした後は、石けんで手をきれいに洗いましょう

