



# ほけんだより

令和8年9月1日発行

両国・なかよし保育園

看護師

夏が過ぎ、ひと回り大きく、たくましくなった子どもたち。まだまだ続く暑さの中で、元気に遊んでいます。夏の疲れがでてくるころです。しっかり睡眠をとって夏の疲れを回復させましょう。9月は、「防災の日」や「救急の日」があります。怪我や事故、災害への備えについてお子さんと一緒に考える機会にしましょう！

## 9月の保健行事

- ・0歳児健診 9月10(木)10時～  
もも組さん登園のご協力をお願いします。

## 8月の感染症

- ・突発性発疹  
・RS

9月9日は救急の日!!

## これで安心! ちょっとしたけがのケア

元気な子どもは小さなすり傷や切り傷ができやすいもの。化のうさせずに治す方法を知っておきましょう。



### ウェットタイプの絆創膏は 使い方をチェック!

モイストタイプ(ハイドロコロイド素材)の絆創膏は、2歳以下の子どもには使えません。使用上の注意を守って使いましょう。

### 1 手当てする大人がまず手を洗う

手から汚れがうつるのを防ぎます。

### 2 傷口を流水で洗う

流水で傷口をやさしく洗い、泥や砂などを取り除きます。とげなどが刺さっているときは、毛抜きで抜き取ってから流水で傷を洗いましょう。

### 3 傷口を保護する

絆創膏やガーゼなどで傷口を覆います。絆創膏は毎日交換して、傷の治り具合をチェックしましょう。

傷口の汚れやとげなどが取り除けない、傷がなかなか治らないときは、病院へ!



## 救急箱の中身、 チェックしていますか?

救急箱の中身に決まりはありません。普段使うものを、清潔な入れ物に入れておけばOKです。ただし、滅菌ガーゼや薬は使用期限がありますし、テープ類は古くなると粘着力が弱くなります。

CHECK!

### ☐ 絆創膏

けがをした部位に合わせて選べるよう、形やサイズをいくつか用意しておくとう便利。



### ☐ はさみ

救急箱専用にしておくとう衛生的で安心です。



### ☐ 体温計



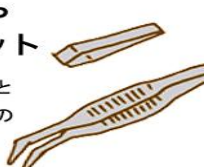
### ☐ ガーゼと医療用テープ

傷口を保護したり、薬を塗った上にかぶせたりして使います。個包装の滅菌タイプが使いやすいでしょう。



### ☐ 毛抜きやピンセット

皮膚に刺さったとげを抜いたりするのに使います。



### ☐ 常備薬

(虫よけ、かゆみ止め、化のう止めなど)

