ほけんだより

9・10月号

令和8年度　社会福祉法人雫石保育園　保健室

9月1日は防災の日

備えていてもいつ起こるかわからないのが自然災害。地震や水害のニュースを耳にしない日はありません。もしもの時にはすぐに取り出せるよう決まった場所に非常用品を用意しておきましょう。水や食料品などの期限・必要なものの見直しをすることや、家族で災害や避難方法などについて話し合い、自然災害に備えるこのと大切さを考える機会が作れるといいですね。

10月10日は目の愛護（あいご）デー

生まれたときは明暗を感じる程度の子どもの視力が、大人並みの1.0くらいになるのが、6歳ころと言われます。子どもは視力に異常が生じても、自分で症状を訴えることは難しいこと。気になる様子が見られたら、眼科を受診しましょう。

こんなときは心配です

- 目を細めて見る
- 片目で見る
- 顔を傾けて見る
- まぶしがる
- いつも涙ぐんでいる
- まぶたが下がっている

まだまだ残暑は続きますが、少しずつ朝晩は過ごしやすくなってきました。夏の疲れが出やすい時期なので、ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるようにし、体調を崩さないようにしましょう。秋は、運動会、遠足と行事が続きます。全員で参加できるようにしたいですね。

9月9日は救急の日

救急の日は、‘‘救急について関心や理解を深めよう‘‘という日です。ご家庭では事故やケガへの注意は万全でしょうか？小さな子どもは、まだ何が危険か予測することができず、好奇心旺盛で怖いもの知らずです。大人が、安全な環境を整えてあげましょう。

家の中での事故を防ぎましょう！

子どもにとって安心して過ごせる家の中が、実は事故の危険性が高い場所だということをご存じでしょうか？**0～6歳の子どもの事故の40％は、家の中で起こっています。**

家の中で起こる事故は様々ですが、特に命にかかわるのが窒息です。0歳児が圧倒的に多いものの、1歳児、2歳児でもゼロではありません。家の中を安全・安心な場所にするために、もう一度チェックしてみましょう。

＃キッチン

炊飯器や電気ケトルなど調理器具によるやけどが多い場所

＃ベランダ

室外機など踏み台に乗っての落下事故につながります。

＃浴室

鼻と口が水につかる程度の深さ2～5センチでも水の事故は起こります。

＃リビング

ソファーなどからの落下、誤飲の事故が多い場所