ほけんだより 9月

江東めぐみ幼稚園
令和８年９月号

まだまだ残暑が続きますが、朝夕は少しずつ涼しくなり、秋の気配を感じられるようになってきました。夏の疲れが出やすい時期ですので、体調管理に気をつけて元気に過ごしましょう。



1. 救急の日にちなんで 乳幼児に関係する応急処置について

9月9日は「救急の日」です。いざという時に落ち着いて対応できるように、乳幼児によくあるケガや急病の応急処置を知っておきましょう。

すりきず・切りきず

① 水道水で傷口をきれいに洗う
② 清潔なガーゼで押さえて止血
③ 必要に応じて絆創膏やガーゼで保護する



やけど

① すぐに流水で冷やす（10～15分程度）
② 水ぶくれはつぶさない
③ 冷やした後清潔なガーゼで保護する



鼻血

① うつむき加減にして、小鼻をつまむ
② 冷やしたタオルを鼻のつけ根にあてる
③ 5～10分様子をみる



◎ 症状が強いときや、止まらないときは、無理をせず医療機関を受診しましょう。

2. 乳幼児がいるご家庭の、地震の備え

乳幼児は自分の身を守ることが難しいため、日ごろからの備えがとても大切です。

- 家具は固定し、倒れやすい物や割れ物は低い場所に置く
- 非常用持ち出し袋を用意する（おむつ・ミルク・離乳食・水・着替え・おもちゃ・母子手帳のコピーなど）
- 避難場所や避難経路を家族で確認しておく
- もしもの時に備え、家族で集合場所を決めておく
- 定期的に防災グッズや備蓄品の確認・入れ替えをする

小さな揺れでも油断は禁物です。「自分の身は自分で守る」ことができるよう、日ごろから親子で防災について考える時間を持ちましょう。



3. つめの伸びすぎ トラブルのもと

つめが伸びすぎていると、自分やお友だちをひっかいてしまう原因になります。

◎ ひっかき傷の原因に

顔や目などをひっかき、傷や炎症の原因になります。



◎ 汚れがたまりやすい

つめの間にバイ菌や汚れがたまりやすく、病気の原因になることも。



◎ 定期的にチェックを

週に1回を目安に、つめの長さを確認し、短く切りましょう。



つめはまっすぐ切り、角をとっておくと安心です。

ご家庭と園が連携して、子どもたちの健やかな成長を見守っていきましょう。