

ほけんだより

令和2年9月発行
一般社団法人あいくる
アイビス小規模保育園
TEL098-989-0199

AUTUMN

《お知らせ》

9/3 (木)
身体測定
9/10 (木)
避難訓練

あつという間にもう9月ですね！朝夕は少し過ごしやすくなってきましたが、日中はまだまだ残暑が厳しく暑い日が続いています。夏の疲れが出て体調を崩しやすくなる時期です。生活のリズムを整え残暑を乗り切りましょう。

また今月は救急の日があります。急な事態に備えて日頃から認識できるように、救急車を呼ぶ時は…と小児救急電話相談を載せてみました。

《9月9日救急の日》

救急とは、急病やけがの応急手当てをすることです。大きな病気やケガだけでなく、すり傷や切り傷の手当ても「救急」です。まず、自分がけがをしたときの応急手当てをしっかり覚えて、実行できるようにしておきましょう。

- ① まず、深呼吸
気持ちを落ち着けて
- ② 優しく話しかけながら、応急手当てを
 - すり傷・切り傷
水道の流水で傷口を洗い、清潔なガーゼやハンカチをあて、強く抑えて止血します。
 - やけどをしたとき
やけどの原因となったものから離れ、衣類の上から水道の流水で、痛みがなくなるまで冷やします。



《防災週間》

8月30日(日)～9月5日(土)

災害に備えよう！

乳児は災害時要支援者（避難の為の移動が困難）となります。いざという時の被害を最小限にするためには、日頃からの備えを心掛けることが大切です。

家族で準備・確認しておきましょう！

- ・家の中を安全に保ちましょう。
- ・避難場所や避難経路の確認をしましょう。
- ・家族や親せきの連絡先を確認しましょう。
- ・普段行っている施設の連絡先を確認しましょう。（病院・保育園）
- ・非常備蓄品の準備をしましょう。
- ・普段から持ち歩くものチェックリストを作っておくと良いでしょう。



#8000

小児救急電話相談

子どもの急な病気に困ったら

#8000へ☎を！

受診した方が良いのか、様子を見ても大丈夫なのか？看護師や医師が電話でのアドバイスが受けられます♪

＜相談日時＞

毎日・夜間：19:00～23:00

救急車を呼ぶ時は…

- ① 119番に電話「救急車をお願いします」
- ② 住所を伝える、氏名、電話番号を伝える
- ③ 状態を伝える「何歳児、誰が、どういう状態か」
- ④ 応急手当の指示を受ける
- ⑤ 周りに協力を求める
- ⑥ 一人は患者に付き添い、協力者は目立つところへ！

