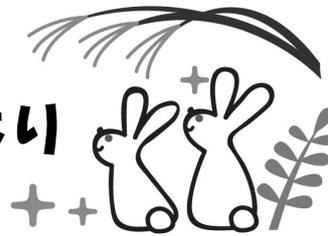


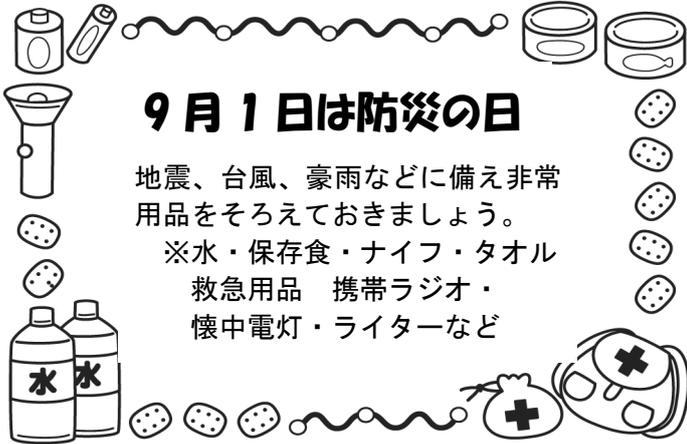


9月のほけんだより



令和7年9月発行
嘉麻市病後児保育室
にこにこルーム
Tel.0948-52-0700

まだまだ残暑がきびしく暑い日が続きます。夏の疲れが出て体調を崩しやすくなる時期です。元気に活動できるよう、早寝・早起き・朝ごはんなど、お子さまの健康生活を見直しましょう。また、病気の予防のために、手洗い、消毒、うがいなどお家でもお願いいたします。



9月1日は防災の日

地震、台風、豪雨などに備え非常用品をそろえておきましょう。
※水・保存食・ナイフ・タオル
救急用品 携帯ラジオ・
懐中電灯・ライターなど

正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう！

せっけんを泡立てて……



- ① てのひら
- ② 手の甲
- ③ 指の間
- ④ 指先、つめ
- ⑤ 手首
- ⑥ 洗い流す

チェック!
指と指の間、指先、手首は洗い残しがちよ。念入りにね

気管支ぜんそくについて

ハウスダスト、ダニ、ペットの毛などのアレルギー反応によって起こる気管支ぜんそく。呼吸が苦しくなり、たんが絡んだせきが出ます。



発作は軽度のものから呼吸困難を起こす重症のものまで多様。幼児期に発症することが多く、発作を繰り返すうちに気道が過敏になり、少しの刺激で発作が起きやすくなります。季節の変わり目は、体調を崩しやすくなるので注意してあげたいですね。

せきの対応

- 前かがみに座らせる
- 少しずつ水分を補給する
- 室内を清潔に保つ（ダニやハウスダストが原因の場合）

⚠ 呼吸困難を起こしたらすぐに病院へ



病後児保育室にこにこルームでは

病気の回復期のお子さまを、保育士と看護師がお預かりします。その日の状態に合わせてゆっくりと過ごすことができます。オンライン登録、申し込みができます。用紙での登録も可能です。

詳しい内容については
お電話ください
0948-52-0700

(どんぐり保育所内)



9月9日は救急の日

救急用品の点検をしましょう。
ばんそうこう、ガーゼ、包帯、脱脂綿、
綿棒、ハサミ、体温計、毛抜き、
ピンセット、外傷用薬 など

