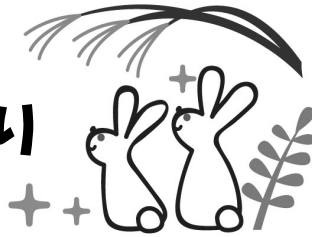


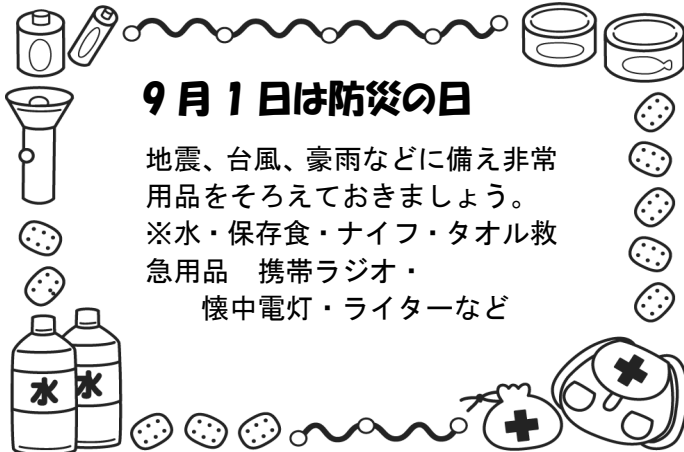


9月のほけんだより



令和8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

まだまだきびしい暑さが続いています。夏の疲れが出て体調を崩しやすくなる時期です。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……

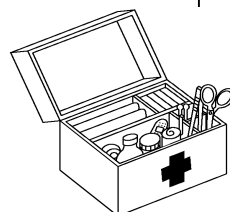


チェック！
指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね

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



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

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出来ます。

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）

