



9月 ほけんだより

2023/9
発行

000

残暑は厳しいものの、朝夕の心地良い風に秋の気配を感じるようになりました。日中はまだ、汗ばむことも多く、これから寒暖の差も出てきますのでこまめに着替えたり、衣類の調整をして快適に過ごせるようにしていきたいです。季節の変わり目は気温の変化で体調を崩したり、夏の疲れが出やすくなる時期です。ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとって元気に過ごしていきましょう。

子どもの事故を防ぐヒントは、『ひやっと』にあり！

子どもが怪我をしそうで「ヒヤッとした」ときこそ、次の事故を防ぐチャンスです。「無事でよかった」とすますのではなく、なぜヒヤッとしたのか見直しましょう。

① 「ダメ!」「危ない!」は“そこが危険”のサイン

子どもをしかって制止するよりも、物の置き場所をかえるなど、子どもが安全に過ごせるよう環境を整えましょう。

② 一度あれば二度、二度あることは三度ある

危ないと思ったら、必ず理由や経緯を考えましょう。原因がわかれば対策がとれます。対策をしないと、大きな事故につながる危険がそのままになります。

③ 大人もいっしょにやってみる

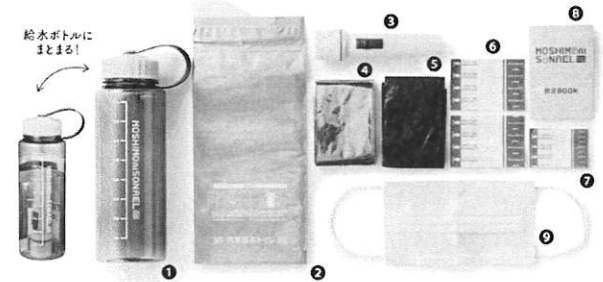
子どもが過ごす場所が安全かどうか、子どもの目の高さでチェックしてみましょう。遊具やおもちゃは、いっしょに遊んで正しい使い方を教えましょう。



9月9日は「救急の日」

救急の日

みたかつくしんぼ保育園でも、災害に備えて、「防災リュック」を準備しています。災害に備えているご家庭もあると思います。しかし、「中身は何がいいのかな？なにが必要なの？リュックサックじゃないといけないの？」など悩まれると思います。三鷹消防の方よりご紹介いただいた便利な防災グッズをご紹介します。こちらです！



タンブラーボトルに入れて備えるなんて、すごく斬新ですよ！車やバックに入れ持ち歩く便利な防災グッズです。ぜひ、まだ備えていないご家庭は明日災害が起きてもいいように備えてみてください。

『予防接種はすすんでいますか？』

これから、秋冬に向かい風邪をひいたり体調を崩すことが多くなります。インフルエンザの予防接種もあるので、その前にできる予防接種はしておきましょう。公費での接種期間の短い麻疹・風疹・水痘などは早めに受けましょう。また、一年後に追加のある予防接種も忘れがちです。確認しましょう。

●麻疹・風疹

第一期 1歳誕生日～2歳誕生日前日まで

第二期 就学前の1年間（ひまわり組）

●水痘（水ぼうそう）

1歳誕生日～3歳誕生日前日までに2回接種

Q. 接種対象年齢が過ぎてしまった場合はどうなる？

A. 定期予防接種としての扱いにならず、公費での接種（無料）になりません。接種を希望の場合は、全額保護者様の負担となります。麻疹風疹については、対象年齢を過ぎて未接種の場合、公費で接種を受けられる制度があります（19歳未満まで）