



9月 ほけんだより

2025/9月
発行

まだまだ残暑は続くと思われませんが、朝晩は過ごしやすいい日も増えてきました。元気いっぱい過ごした子ども達ですが、夏の疲れが出やすい時期でもあります。ゆっくり過ごし、たっぷり睡眠をとり体調を崩さないようにしていきましょう。



9月1日は防災の日 9月9日は「救急の日」

ご家庭で事故や怪我・災害へ備えは万全でしょうか？子どもはまだ何が危険かを予測することができず、好奇心旺盛で怖いもの知らずです。0～6歳の子どもの事故の約40%は家の中で起こっています。大人が安全な環境を整えてあげましょう。また、この機会に防災への備えも点検しましょう。

リビングなど



ソファなどから落ちたり、たばこや異物を飲み込んだりといった事故がよくあります。

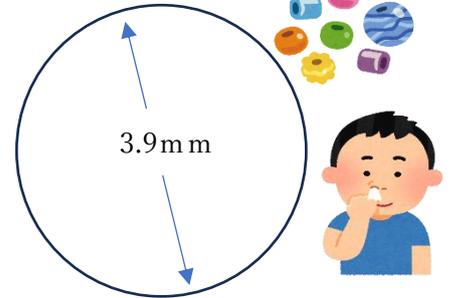
浴室



残り湯に落ちる、入浴中に目を離れたときに溺れるなどの水の事故の危険があります。

～小さいものはしっかり管理～

3歳の子どもの口の大きさは約4cmこれより小さいものは子どもの手の届かない所に保管しましょう。また、ティッシュやビーズなどは鼻や耳に詰めてしまう事もあります。大きくなってからも注意してあげましょう。



この円の中に入るものは飲み込めてしまう大きさです。

キッチン



炊飯器や電気ポットなどの調理器具でのやけどが多くみられます。

ベランダや窓際



台や棚などによって手すりを超える事故が3歳以降急増します。小さな台や窓際に置いてある棚は特に注意しましょう。

地震や台風などの自然災害の備えも大切です。救急セットも1年に1回は見直してみましょう。オムツのサイズが変わっていたり、非常食で食べられるものが変わっていたりと成長に合わせた準備が必要です。また、子どもの様子を記載したパーソナルカードを準備しておくとう便利です。母子手帳のコピーなどがあるとよいでしょう。



パーソナルカード

Personal card form with fields for name, age, blood type, and emergency contacts.

家族の緊急連絡先

名前	関係性	連絡先

健康のこと
アレルギー 持病
身体的特徴
使用している薬
配慮や支援が必要なこと

子どもが好きなこと 食べ物	家族で決めた避難所	子どもへメッセージ

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ましょう。公費での接種期限の短い麻疹・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ので確認しておきましょう。

☆麻疹・風疹

第1期 1歳誕生日～2歳誕生日前日まで
第2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