



ほけんだより

令和8年9月1日
南水元いろは保育園
看護師 大出

まだまだ暑さが続きますが、子どもたちは元気いっぱい過ごしています。
これから夏の疲れが出やすくなる時期です。十分な栄養と休養をとり、体調を崩さないように気をつけて過ごしましょう。

<今月の予定>

9日(水) 0歳児健診
17日(木) 身体測定

9月1日は防災の日



いざという時に備えて、ぜひ家族全員で確認をしておきましょう。

《非常時の持ち出し物品》

リュックの中には非常時の持ち物をいれておきましょう。

《避難する場所》

避難場所がどこなのか、そこまでの経路を確認しておきましょう。

《地震で倒れやすい物がないか》

倒れそうな物は配置を変えたり、固定するなどの工夫をしましょう。

《家族の連絡方法》

はぐれた時の待ち合わせ場所を決めておき、連絡先を書いたものはいつも身につけておきましょう。



9月9日は救急の日



… 子どもの誤飲したもの別 緊急度 …

すぐに 救急車！ 	・灯油 ・ベンジン ・除光液 ・農薬 ・殺虫剤 ・ネズミ駆除剤 など
急いで 受診 	・ボタン電池 鋭利な物・磁石 ・洗剤 ・タバコ ・薬 ・コイン ・おもちゃ など
様子を見て 診療時間内に 受診 	・少量のインク ・クレヨン ・絵の具 ・化粧品 ・せっけん など

無理に吐かせずに、受診する際は誤飲したものと同じものを持参しましょう。

ただし、呼吸が苦しそうだったり、
顔色が悪い、けいれんなどの症状があれば、飲んだものに限らず救急要請して下さい。

※基本的には水や牛乳を飲ませる必要はありません。

誤嚥したとき対応に困ったら・・・

◎子どもの健康相談室(小児救急相談) #800

平日：午後6時～午前8時まで 土日祝日：午前8時～翌朝8時まで

◎日本中毒情報センター 029-852-9999

年中無休 24時間対応・情報提供料無料



電話相談する際は、誤嚥した商品をお手元に用意しましょう。