



ほけんだより

9月号

2023年9月1日 富良野市立保育所

暑さも一段落し、屋外で活動する機会が多くなります。たくさん動いて、たくさん食べて、子どもたちが大きく成長できる季節です。夏の疲れを早く解消できるように、睡眠を十分にとり、食事でも栄養バランスを考えて三食きちんととるようにして、健康管理に気を配りましょう。

9月1日は防災の日です。あらためて安全対策をチェックして、子どもたちと「命の大切さ」や非常時に自分の身を守る方法について、話し合っていきたいと思います。



高熱に注意!

よう れん きん かん せん しょう 溶連菌感染症

突然高熱の出る、非常に感染力の強い病気です。下記の症状が見られたら、早めに受診しましょう。

- 症状**
- 突然高熱が出て、のどがはれて痛みが出る
 - 全身に発しんが出る
 - 舌にイチゴ状の赤いぶつぶつが出る
 - おう吐、頭痛が起こる



よう れん きん かん せん しょう 溶連菌感染症は 治った後も検査を受けて

溶連菌感染症は、突然の高熱、のどの真っ赤なはれ、かゆみのある発しんが全身に広がるなどの症状が出ます。抗菌薬を飲めば治りますが、大切なのは、症状が治まった10日~2週間後に1回、さらに1か月後に1回、尿検査を受けること。「急性糸球体腎炎」などの合併症を起こしていないか確認するためです。忘れずに受診しましょう。



救急箱の中身、 チェックしてますか?

救急箱の中身に決まりはありません。普段使うものを、清潔な入れ物に入れておけばOKです。ただし、滅菌ガーゼや薬は使用期限がありますし、テープ類は古くなると粘着力が弱くなります。1年に1回は中身をチェックしましょう。

CHECK!

絆創膏

けがをした部位に合わせて選べるよう、形やサイズをいくつか用意しておくとう便利。



はさみ

救急箱専用にしておくと衛生的で安心です。



体温計



ガーゼと医療用テープ

傷口を保護したり、薬を塗った上にかぶせたりして使います。個包装の滅菌タイプが使いやすいでしょう。



毛抜きやピンセット

皮膚に刺さったとげを抜いたりするのに使います。



常備薬

(虫よけ、かゆみ止め、化のう止めなど)

