

# 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。







## 救急箱の中身、

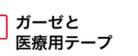
チェックしてますか?

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。



#### 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便利。



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。



#### 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



### ■ 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。



(虫よけ、 かゆみ止め、 化のう止めなど)

