



# 保健だより

2021年 令和3年 9月号(第447号)  
発行 那覇市こども教育保育課 ☎098-861-2113

まだまだ残暑が続き、そろそろ夏の疲れが出やすくなる時期です。生活リズムを整え、体調管理に気をつけて、残暑を元気に過ごしていきましょう。



## お家の中にも事故やケガを招く危険なものがたくさんあります。

こどもの成長は目まぐるしく、好奇心旺盛ですべてのものに興味を持つようになります。この時期は一生のうちでもっともけがの多い時期とも言われています。こどもは遊びの天才です！大人が気にしないものでも、こどもにとっては興味津々な遊び道具となり、ヒヤッとさせられることがあります。家庭内の事故を防ぐためにも、日頃から、こどもの目線に合わせ、家の中を点検したり、事故が起こり得ることを忘れずに、こどもを事故から守りましょう。

### お家の中のチェックポイント

#### ★こどもの手の届く所に置いていませんか？

- ライター、お金、電池、ボタン、薬、たばこ、洗剤・・・
- 500円玉の大きさでも、誤飲の可能性があります。

- ポット、炊飯器、ウォーターサーバー・・・

つい、触ったり、倒したり…やけどになることもあります。

※こどもの手の届かないところに置きましょう。

#### ★こどもが登りやすい環境になっていませんか？

- ベランダの鉢植え、室外機、収納箱・・・

※思わぬものが足場になったりすることも、手すり側には特に置かないようにしましょう。

#### ★こどもが入れる、開けられるようにしていませんか？

- 洗濯機、浴室、刃物などの収納棚・・・

※洗濯機、浴室にはロック又は水を貯めたままにしない、収納棚には棚ロックをしましょう。



## 9月9日は 救急の日

## こんなときどうする？すり傷、切り傷、やけど等の対応

### すり傷・切り傷の応急手当

- ①流水で傷口を洗います。
- ②出血があれば、清潔なガーゼを当てて止血する。
- ③ばんそうこう等で保護する。

### とげの応急手当

毛抜きや熱湯消毒した針やピンセットで、刺さったものを取る。その後、傷の周囲を押し、血といっしょに汚れを出す。消毒後、ばんそうこうを貼る。

### 頭を打った時の 応急手当

- ①まずは安静にしましょう。
  - ②すぐに泣いたか、意識はあるか、出血、頭痛、嘔吐、けいれんはないかなど経過をみる。
  - ③打撲部を冷やし安静にする。
- ※すぐに泣いて他の症状がなくても、少なくとも48時間は顔色、機嫌、おう吐、歩き方など様子を見ましょう

### こんな時は病院へ

- ★顔や頭の傷
- ★傷の他に打撲もある
- ★土や石、ガラスが傷口に入って取れない
- ★激しく痛がる 等



### こんな時は病院へ

- ★水ぶくれが500円玉より大きい
- ★衣服がくっついて離れない
- ★広範囲のやけど 等

### やけどの応急手当

①患部に触れないように痛みが引くまで流水で冷やす。  
②服を着たままのやけどは服の上から冷やす。※衣服が皮膚にくっついている時、無理にはがさないでください。

### こんな時は病院へ

- ★意識がない
- ★嘔吐をくり返す
- ★けいれんを起こす
- ★出血が止まらない 等



### 乳幼児健診について(9月)

乳児健診・1歳6か月健診・2歳児歯科健診・3歳児健診については、緊急事態宣言中ですので、実施につきましては那覇市保健所ホームページでご確認ください。日程等詳細については対象者の方へお知らせがきますので、そちらをご確認ください。

＊お問い合わせ先 那覇市保健所 地域保健課 ☎098-853-7962



# えほんだより



園長先生おヌヌ



おさとうこぼしちやいけなはいよ 一粒だっていけないよ なぜならどこからともなく  
ぞろぞろ(ほらほら) ありんこさんだんやってくる！わはははは  
おしおじや？(だめだめ) おさとうこぼした そのときに やつらは かぎつけ やってくる  
つきだつて かせいだつて どこだつて うちゅうのはてまでやってくる！  
身近にいるアリの話しです。「ぞろぞろ」「ほらほら」など、ありが迫ってくる場面では熱を入れ  
て読んでしまう絵本です。「本当にどこまでもついてくるの？」と少し「こわーい」と感じながら  
も親子で楽しめる絵本ですよ。お休みの日に親子で試してみたいかも。



主任



お兄ちゃんのえの具を借りて絵を描きたいとずっ  
と思っている主人公よしみのお話しです。  
ある日、ようやく貸してもらったえの具で森の動  
物たちと夢中になつて絵を仕上げています。  
完成した絵が、絵本のどこかにあります。探してみ  
て下さい。また、作者の林明子さんの絵は見るた  
びにやさしい気持ちになります。

たんぼぼぐみ



だるまさんと、にらめっこをするお話ですが、  
このお話しではだるまさんがなかなかあつがっ  
ぷをしてくれません。  
でも、ページをめぐるたびにおかしなことをする  
だるまさんに、子ども達は声を出して笑ったり、  
ポーズを真似して楽しんでいきます。

ゆりぐみ



雨でお外に出られなくて、退屈しているうさぎの  
女の子のところへ、動物たちが次々と食材を持っ  
て集まってきました。「これを使って何かを作ろう」  
みんなでお料理をして、みんなと一緒に食べて、う  
さぎさんのおうちの中はまるでピクニック♪  
ゆり組さんでもお弁当会の時にお部屋にシートを  
広げて「おへやピクニックをしよう!!」と楽しみまし  
た。早くお外で本当のピクニックが出来るといい  
ねー。とみんなで心待ちにしています。

～おすすめ絵本～

みんなが大好きなそらまめくんシリーズ  
そらまめくんたちが、広場にできた水たまりで遊んでいると、  
迷子のめだかの子に会いました。小川までどうやって帰れ  
るでしょうか。



すみれぐみ

トイレにきたくんは、ドアをとんと  
んとん。  
すると、  
「はいってまーす」あれあれ？  
次のトイレはどうか？と、開いてい  
るトイレを探します。  
子ども達もこの本が大好きで、とんと  
んとんしながら楽しんで見えています。

ちゅうりつがぐみ



「たべてあげる」  
何でも好き嫌いをしてるりょうたく  
ん。イヤイヤしていると小さいりょうた  
くんがだんだん大き成長し、最終的に  
は…  
りょうたくんはどうなったでしょうか  
(^^)

ひまわりぐみ



自然の中で目一杯過ごしたくなる 1  
冊です。  
町に住むネズミの兄弟は初めて 2 匹  
で山のおばあちゃん家にお泊りに。  
そして山を歩き周り、ついに絶好の場  
所で秘密基地づくりを始めました。た  
くさんの生き物とのふれあひも楽し  
い素敵な絵本です。

