



公立保育所 看護師
令和 8 年 9 月発行

日中は、夏と変わらない暑い日が続いていますが、日が落ちるのが少しずつ早くなってきました。夏の間、元気いっぱい過ごした子どもたちは疲れが出やすくなります。ゆっくりお風呂に入ったり、たっぷり睡眠や栄養をとったりして、体調を崩さないように気を付けましょう。



9月1日は防災の日です

災害が起きた時の被害を最小限にするためにも、日ごろの準備や対策が大切です。家の中の点検・非常用持ち出し袋のチェックをしましょう。

乳幼児の準備品として、水やミルク・離乳食やおやつ・紙オムツやおしりふき・着替え・ブランケット・おもちゃ・ビニール袋・常備薬・母子手帳やお薬手帳のコピー等を準備しておくことが大切です。



9月9日は救急の日です

この機会に、ご自宅にある救急箱を点検してみましょう。

- ☐ 消毒薬や軟膏など、使用期限は切れていませんか？
- ☐ 体温計・絆創膏・ガーゼ・消毒薬・かゆみ止めの軟膏・包帯・ピンセット・とげぬき・はさみ等は揃っていますか？
- ☐ 汚れていたり、壊れていたりしませんか？
- ☐ 子どもの手が届かないところで、かつすぐに取り出せる場所に置いてありますか？



子どもの事故を防ぐヒントは「ヒヤッと」にあり！

子どもがケガをしそうで「ヒヤッと」した時こそ、次の事故を防ぐチャンスです。「無事で良かった」と、済ませずに、なぜヒヤとしたのかを見直すことが大切です。

1 「ダメ！」「危ない」は“そこが危険”のサイン

子どもを叱って制止するよりも、物の置き場所を変える等、子どもが安全に過ごせるよう環境を整えましょう。



2 一度あれば二度、二度あることは三度ある

危険と思ったら、必ず理由や経緯を考えましょう。原因が分かれば対策をとることができます。大きな事故につながる危険を見逃さないようにしましょう。



3 大人も一緒にやってみる

子どもが過ごす場所が安全かどうか、子どもの目の高さでチェックしてみましょう。道具やおもちゃは、一緒に遊んで使い方を示しましょう。



・・・こんな時どうする？ 家庭での応急手当 ・・・

すり傷・切り傷	打 撲
1.傷口を流水で洗う  2.圧迫して止血する  3.清潔なガーゼや絆創膏で覆う  傷口が清潔になったら早めにガーゼや絆創膏で傷口を覆いましょう。傷口が空気に触れて乾燥するのを避けます。	1.傷口がある時は、傷の手当てをする 傷口の汚れを洗い流して適切な手当てを行いましょう。 2.冷やして腫れを防ぐ 氷や保冷剤を濡れタオルで包み、打撲した患部を冷やしましょう。 3.楽な姿勢で休ませる 痛みがあるだけの場合は、楽な姿勢で安静にさせましょう。
こんな時は 救急車や 病院受診を 救急車を呼ぶ……………大きく傷口が開いている・血が勢いよく吹き出て圧迫しても止まらない・意識がない・もうろうとしている・高いところから落ちた・頭部打撲後に嘔吐した等 病院を受診する……………傷の範囲が広い・不衛生なところでケガをした・ぐったりしている・傷口が開いて血がじわじわ出ている・打撲した患部の皮膚の色が変色し、硬くなっている等	

正しい爪の切り方を ご存知ですか？

子どもの爪は大人より柔らかく、
裂けやすいです。
伸びるのも大人の倍の速さと言
われています。
1週間に1度を目安に爪を切りましょう。



① 指先と同じ位の長さで
爪の上部を一直線に切る

② 指先のカーブに合わせ、
爪切りやヤスリで
角を丸くする

③ 完成

誤った切り方の例

✕ 短すぎる (薄爪)

✕ 長すぎる

✕ 角を深く切りすぎている

市内公立保育所では、定期的に看護師が巡回し、保健指導を行っています。写真は、4・5歳対象とした「虫歯のはなし」、全職員対象とした「けいれん時の対応」の様子です。

今後、子どもたちには、歯の生え変わりの話・手洗いの話・うんちの話・咳エチケット・命の話等のテーマを予定しています。これからも、子どもたちの健やかな成長を見守り、安心・安全な保育環境づくりに取り組んでまいります。

