



## 9月ほけんだよ!

令和7年度 安中ひかりこども園



まだまだ残暑が続いていますね。夏の疲れが出やすくなる時期なので、早寝、早起き、朝ごはん、生活習慣をしっかり整えて、この時期を元気に乗りきっていきましょう。



### 8月感染症報告

- ・アデノウイルス感染症
- ・リンゴ病
- ・溶連菌感染症

リンゴ病の疑いがあれば、病院に受診してください。  
医師が診断し保護者が記入する登園届が必要です。



### リンゴ病（伝染性紅斑）がはやっています

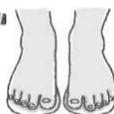


リンゴ病は、主に小児に多く見られるウイルス性の感染症です。軽い風邪症状の後に、頬が赤くなったり、手足に網目状の赤い発疹がでたりします。直射日光にあたり、入浴をすると赤みが強くなったり、発疹が長引くことがあります。感染した人の咳や接触により感染します。発疹が出る前のかぜのような症状がある時期に最も感染力があります。一度感染すると終生免疫つき、基本的に二度と感染することはありません。妊婦さんがかかると、胎児に影響することがありますので、可能性がある方はマスクを着用するなど注意をしましょう。

### 足に合った靴をはきましょう

成長を見越した大きいサイズの靴、逆にきつくなった靴、デザイン優先の靴、歩きぐせのついた靴・・・

こんな靴を履かせていませんか？  
こうした靴は、転倒の原因になるだけではなく、子どもの足の発達や姿勢、運動能力にも大きな影響を及ぼします。  
成長が早い時期だけに、靴のフィット感とはこまめにチェックしましょう。



### ずい傷の対処方法

- ①傷口を水道水で洗い流す  
傷口の砂などの異物を、水で洗い流しましょう。
- ②出血があれば止血する  
清潔なガーゼ等で圧迫して止血しましょう。
- ③傷口を乾燥させない  
園ではワセリンを塗り、傷口を保護しています。
- ④傷口を確認する  
絆創膏貼った場合は、汚れて化膿しやすいので、貼ったままにしないで毎日、傷口を確認してください。



### 防災週間（8月30日～9月5日）

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。

また、火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにしましょう。家族で確認するのもいいですね。こども園では毎月、避難訓練（火事、地震）の訓練をしています。ぜひこの機会に子どもと防災について考えてみましょう。



おうちの中にも事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- ・子どもの手の届く場所に置いてはいけない物  
（薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など）
- ・踏み台になる物はベランダに置かない
- ・コンセントなどをいたずらできないようにする
- ・遊び食べに注意する（食べ物が喉に詰まることがある）
- ・浴室には子ども1人で勝手に入れないよう工夫する

