



10月ほけんだより

令和8年度 安中ひかりこども園



夏の暑さもおさまり、秋らしくなってきました。さわやかに吹く風が心地よいですね。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあるので手洗い、うがいや衣服の調整などをして元気に過ごしましょう。



9月感染症状況

突発性発疹
インフルエンザ A 型
アデノウイルス
マイコプラズマ肺炎
溶連菌感染症

インフルエンザ

大阪府で流行しています。
手洗いなど感染対策を行い、
早めに予防接種を受けるように
しましょう。



お知らせ

＜健康診断について＞（全園児）

10月14日（水） 13時から

体調や発達のことで気になることがあれば、
健診前に担任や看護師にご相談ください。

＜尿検査について＞（3・4・5歳のみです）

4歳児、5歳児は年に2回、3歳児は年に1回尿検査をします。

- ・提出日 10月6日（火）9時まで
- ・予備日 10月7日（水）9時まで



前日の10月5日に検尿容器をお配りします。5日にお休みされる人は容器を先にお渡ししますので担任にお知らせください。

玄関のホワイトボード前にて回収させていただきます。腎臓疾患を早期に発見できる大切な検査です。忘れず提出してください。6日（火）に提出できなかった場合、予備日は翌日の7日（水）になります。

9月保健指導

運動会の練習が始まると、けがをする子どもが増えてきます。そこで、3～5歳にケガについて保健指導をおこない、ケガの手当についてお話ししました。

園でのケガの手当について



すり傷や切り傷のときは、

- 1, 水道水で、傷口の汚れをしっかりと洗い流す
- 2, 清潔なガーゼやティッシュで傷口の水分を優しく拭き取る
- 3, 傷を乾燥させないためにワセリンを塗布する



Q、傷は消毒しなくていいの？

消毒をすることで傷の治りを遅らせる可能性があります。
水道水で汚れを十分洗い流し傷をきれいにすることが重要です。
水で洗うことは、患部を冷やして痛みを和らげる効果も期待できます。



Q、傷は乾燥させなくていいの？

かさぶたができると、治るのに時間がかかり傷跡が残りやすいと言われています。
傷はなるべく乾かさないようにするのがポイントです。
園では傷を乾燥させないために、ワセリンを塗布しています。



Q、絆創膏は貼らなくていいの？

絆創膏は、雑菌の温床となりやすく傷が化膿しやすくなってしまうため、園では基本的には絆創膏を貼っていません。絆創膏を貼った時は1日1回絆創膏をはずして水道水できれいに洗い流すようにしましょう。



保健室前の扉に、保健指導で使用した教材を貼っています。

毎週月曜日に爪が伸びていないかチェックしています。



爪が伸びていると、折れたり友だちを引っ掻いてしまったり、ケガの原因になってしまいます。また、爪の裏に汚れや細菌がたまりやすくなり、衛生上よくありません。

爪はこまめに短く切るようにしましょう。

