



# ほけんだより 9月号

令和7年8月25日  
おそき保育園



まだまだ暑い日が続いていますね。夏の疲れが出て体調をくずしやすいときです。体調の変化に注意してください。

9月9日は「救急の日」です。ご家庭での事故やけがへの注意は万全でしょうか？ 小さな子どもは、まだ何が危険かを予測することができず、好奇心旺盛で怖いもの知らずです。大人が安全な環境を整えてあげましょう。またこの機会におうちの救急用品の中身を見直して置きましょう。



## 救急箱の中身、 チェックしてますか？

CHECK!

### ☐ 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う便利。



### ☐ 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



### ☐ ガーゼと 医療用テープ

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。



### ☐ 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。



### ☐ 常備薬

(虫よけ、  
かゆみ止め、  
化のう止めなど)



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。



## 転んで、落ちて…… 頭を打った ときのケア

すぐ病院に！

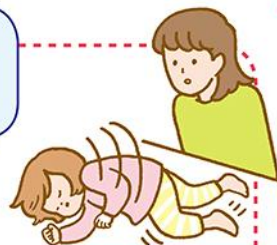


### 一つでも当てはまる場合

- 繰り返して吐く
- 意識がもうろうとして、呼びかけても反応しない
- 手足の動きがいつもとちがう、左右差がある
- 目の瞳孔の大きさが左右でちがう
- 打ったところが陥没している、出血がひどい

左の項目にあてはまらないときは  
次の点を守って、数日間注意して  
様子を見ましょう。

- 当日はお風呂に入らず、静かに過ごさせる  
頭蓋内で出血していた場合、入浴して血行がよくなることで症状が進みます。
- 症状が出てきたらすぐに受診する
- 夜寝ているときの様子もチェックする  
睡眠中に意識障害を起こす可能性もあるので、寝返りを打つか、声をかけたら反応するかなどを見ます。



- 少しずつ顔色が悪くなる
- 吐き気が出る、吐く
- 手足の動きがおかしい、ピクピクする
- 意識を失う、呼びかけても起きない