

りんりん

発行者：すずらん保育所
発行日：令和5年2月1日
担当者：看護師 坂本

かぜの予防をしつかりと

かぜのウイルスは冬の寒さと乾燥が大好き。冬本番となり今後の流行も心配です。日ごろから予防を心がけて、元気に冬を過ごしたいですね。

かぜ予防 6 か条

- 1 うがい、手洗い
- 2 汗をかいたらすぐ着替え
- 3 バランスのよい食事
- 4 部屋の換気と加湿
- 5 規則正しい生活リズム
- 6 人混みを避ける

親切のきっかけは…

ある調査によると、子どもが「親切をすることができたきっかけとなった人」の第1位はお母さん。父親や兄弟、祖父母も含めると、全体の3分の1にもなります。お年寄りや体の不自由な人を手助けしていた様子を見て「自分もこうなりたい」と感じた、とのこと。

また第2位は初めてあった人。知らない人が電車やバスで席をゆずっているところを見かけ「次は自分もがんばろう」と思う子が多いようです。

私たちが思っている以上に、子どもは大人を見ています。そして、その姿が与える影響は大きいのですね。

低温やけどに注意

ホットカーペットや使い捨てカイロに長時間ふれることで起こる「低温やけど」が増えています。痛みを感じにくく、重症化しやすいのが特徴。肌が赤くなり、子どもが痛がりく感じていたら要注意。はれや赤み、痛みが長引くときは必ず受診しましょう。

応急手当



痛みが和らぐまで流水で冷やす。最低20分くらいは冷やし続け、その後病院へ。

広範囲のやけどの場合は、冷水でぬらしたシーツなどで全身を覆い、シャワーをかける。その後病院へ。

鼻や口に異物が入ってしまったら？！

子どもは理由もなく耳や鼻や口に異物を入れることがあり、気管に入ってしまうことさえあると、言われています。



磁石や電池が体内に入ったときは・・・ 直ちに救急車を！

- 2個以上の磁石同士が組織を挟み込んだまま引き寄せ合って動かなくなってしまう！
- 電池は非常に危険で数分で組織を溶かしてしまう！

鼻に異物が入ったときは・・・ 急いで耳鼻咽喉科または救急外来を受診！

- 自分たちで、指や器具を使って取り除こうとしても逆に押し込んでしまい危険です！
- 窒息の可能性もある為、受診するまでは目を離さずそばにいることが大切！

【受診前に試せる2つの除去法】

① 鼻をかむ

力強く鼻をかむことで除去できる可能性も

② 「マジック・キス変法（ストロー）」

異物のない方の鼻の穴を指で塞ぎ、子どもにキスをするように人工呼吸の要領で強く息を吹き込む方法。

（ストローで息を吹き込む方法も！）

