

2025



ほけんだより

ウエルグループ保育園



本格的な寒さがやってきました。子どもたちは北風に負けず、元気に過ごしてくれています。全国的にインフルエンザ・新型コロナウイルスが流行していますので、引き続き泡での手洗い、手指消毒をしっかりと行い、感染予防をしながら元気に過ごして行きましょう。

誤えんと誤飲

誤飲とは、本来飲み込まないものを間違えて飲んでしまうことです。食べ物が空気の通り道に入ってしまうことを誤嚥といいます。こどもの死亡事故の中には不慮の事故が多く、誤飲は不慮の事故の一つです。こどもは好奇心旺盛で、走り回っています。「こどもから絶対に目を離さない」ことが重要です。誤飲対策で重要な事は、目を離してもすぐには事故に繋がりにくくすることです。例えば、置き場を工夫したり、誤飲の危険があるおもちゃを避けたりする等して、誤飲事故が起りにくい環境を作り、誤飲を未然に防いでいきましょう。

豆まき、ちょっと工夫しましょう



今年の節分は2月2日です。豆まきは楽しい行事ですが、**いり豆は窒息の原因**となりやすい食べ物です。のどに詰まらせたり、くだけた豆が気管に入り、誤えんを生じることがあります。**3歳ごろまでは乾燥した豆類を食べさせないようにしましょう。**砕いた豆も危険です。また、家の中にいた豆を拾って口に入れないように注意しましょう。



誤飲や誤嚥の事故で多いもの

- ゼリー、ドーナツ、あめなどの菓子類
- 肉・魚類
- リンゴやブドウなどの果物類
- タバコ
- 硬貨
- 医薬品
- 化粧品
- 洗剤
- 文具など



誤飲チェック表

誤飲の応急手当ては、飲み込んだ異物によって違います。緊急の場合はもちろん、それ以外の物でも応急手当てをした後は、急のため受診します。どうしたらよいかわからないときは、とにかく早く救急で診てもらいましょう。

何も飲ませない		吐かせる	水か牛乳を飲ませる	
クレヨン 少量であれば、口から取り去り、大量なら吐かせる	絵の具 少量であれば様子を見て、大量なら吐かせる	薬類 水か牛乳を飲ませ、吐かせて病院へ	蚊取り線香 水か牛乳を飲ませ、吐かせて急のため病院へ	
ボタン できれば吐かせて病院へ。出なくても病院へ	たばこ 少量のときも病院へ。灰皿の水を飲んだときは、少量でも119番！	ホウ酸だんご 水か牛乳を飲ませ、吐かせて病院へ	防虫剤 水を飲ませ、吐かせて病院へ。牛乳はダメ！※しよのうは、何も飲ませず吐かせず病院へ	
何も飲ませない		吐かせない	水か牛乳を飲ませる	
灯油・ガソリン 何もせず、少量でもすぐに病院へ	画びょう そのまま、急ぎ病院へ	漂白剤 水か牛乳を飲ませて、吐かせず、すぐに病院へ	トイレ用洗剤 水か牛乳を飲ませて、吐かせず、すぐに病院へ	
ボタン電池 とにかくすぐに病院へ！	ガラスの破片 そのまま、急ぎ病院へ	洗濯洗剤 水か牛乳を飲ませて、吐かせず病院へ	園内の各所をチェック このほかにも誤飲の危険のある物は、子どもの手の届かない場所に置きましょう。	

こどもの花粉症について

花粉症は大人の病気と思われがちですが、5~9歳では13.7%、10~19歳では31.4%もの子どもが花粉症だというデータがあります。1歳ごろから花粉症になる幼児もいます。熱がないなら大丈夫、と油断しがちですが、花粉症の症状がずっと続くと、不快なだけでなく、様々な問題を招く恐れがあります。

気になる症状

水っぽい鼻水が続く

外に出たときに目をかゆがる

目がじゅくじゅくしている

こんなサインに注意

- 口をいつも開けているしつこい鼻づまりの為に口呼吸になる。乾いた空気が口から喉に入る為、風邪などをひきやすくなる
- なかなか寝ない
- 日中元気がない、きげんが悪い息苦しさのせいであまり眠れず、風間に元気に遊べなかったり、きげんが悪くなった。

花粉と接する機会を減らそう

- 花粉対策は花粉に触れないようにすること。花粉に接する機会が多いほど、花粉症になる可能性が高くなります。花粉が増えるシーズンは、治療と予防を兼ねて、身のまわりの花粉との接触を減らしましょう。

花粉を家に持ち込まない為に

- 外干ししない**
花粉が多く飛ぶシーズンは、洗濯物を外に干すのは控えましょう。
- 玄関で脱ぐ**
外から帰ったら、上着類は玄関で脱いでつるすなど、室内に花粉を持ち込まないようにしましょう
- 服からも取り除く**
衣類をはたくと花粉が舞い散る為、逆効果です。粘着テープなどで取り除きましょう。
- つるつる素材がおすすめ**
花粉が付きにくい、つるつる素材の上着を選ぶのがおすすめです。