

# ほけんだより 9月

社会福祉法人春献美会 いずみ保育園 令和3年9月号

9月9日は救急の日。スポーツ前の準備運動、夜更かしをしない、交通规则を守る・・・どれもケガの予防のために大切なことです。日頃からの心掛けで、ケガを防いでいけると良いですね。

## 9月の保健目標

- ・体のリズムを整える
- ・病気やケガに気をつける

9月の保健行事 7日(火) 乳児健診



## 応急手当の「あ」「い」「うえ」「お」

**あ**んせいにする…けがをしているところを動かすと痛みがひどくなったり、治るのが遅くなったりします。楽な姿勢で静かに休みましょう。いたみがなくなるまで冷やす…氷などを使って冷やすと、腫れがひどくなるのを防いだり、出血を抑えたりできます。直接氷を当てないようにしましょう。

**う**えに挙げる…内出血や痛みの具合を軽くするため、ケガしたところを心臓よりも高くなるようにします。クッションなどを使いましょう。

**お**さえる…包帯などを巻いて腫れがひどくなるのを防ぎます。無理におさえたり締めすぎたりしないように注意しましょう。

## 新型コロナウイルス感染症について

現在、東京都では4000人を超える新規の新型コロナウイルス感染者が発表されています。狛江市でも、子どもの感染、家族感染等により子どもたちが濃厚接触者となるケースの報告もあります。感染症の拡大を防ぎ、園内でのクラスターを未然に防ぐため、改めまして、ご協力をお願いいたします。

### 1. 発熱等の症状がある方

発熱等の症状がある場合は、まずはかかりつけの医療機関に電話等で相談し、指示に従い受診をしてください。

かかりつけ医のいない場合や相談先に迷っている場合などの相談先

→東京都発熱相談センター(電話番号) 03-5320-4592

★これまで同様毎日の体温測定を行い、風邪症状がある場合には、自宅療養やかかりつけ医に受診し、登園の指示を仰いでいただきたいと思います。

### 2. 受診しPCR検査を受検した場合

園児や同居ご家族の方が、PCR検査を受けた(または受けることが決まったとき)には保育園にご一報ください。その際には、結果が判明するまで登園を控えてください。



集団感染は、「換気が悪く」、「人が密に集まって過ごすような空間」、「不特定多数の人が接触するおそれが高い場所」という共通点があります。保育園でもできるだけ「三密」(密集、密接、密閉)を避け、やむを得ない場合には、マスクをするとともに、換気をする、大声で話さない、相手と手が触れ合う距離での会話は避ける、といったことに心がけるよう指導しています。

登園の際、親子で手洗いをお願いします。咳エチケット(咳やくしゃみをする際、マスクやハンカチ、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえること)をお願いします。おうちでも子どもたちに教えてあげてください。

新型コロナウイルス感染症は、罹患しても約8割は軽症で経過し、治癒する例が多いことが報告されていますが、子どもたちを守るため、皆さまご自身を守るため、ご協力をお願いいたします。