

9月のほけんだより

令和4年9月1日発行
 社会福祉法人 調布福寿会
 調布クオレ保育園

まだまだ残暑が続きますが、幾分過ごしやすい日が増えてきました。元気いっぱい夏を過ごした子どもたち。夏の疲れが出やすくなる時期なので、ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるなどして、体調を崩さないように気をつけましょう。

便秘のはなし

～お子さんの最後のうんちは、いつ出ましたか？～
 便秘のお子さんが増えています。いいうんちは出ていますか？
 排便が自立したお子さんも（もちろんオムツのお子さんも！）、便の状況は保護者の方がしっかりと確認しましょう。

<良い排便とは？>

- ・週に3回以上（できれば1～2日に1回）
- ・便意があつて
- ・トイレに行って
- ・スムーズ（楽に）に排便し
- ・排便後にスッキリ感があること



⇒ **快便！！**



<便秘とは？>

便が大腸に滞っていて、正常な排便できなければ、全て便秘！

<こどもの便秘が進行すると？>

- ・肛門ギリギリまで便が溜まって出せない状態。
 = 便塞栓
- ・便塞栓になると → 大量に便が溜まらないと便意が出ない
- ・便が漏れるたり下着が汚れたりする
- ・トイレが詰まるくらいの大きな（硬い）便が出る。
- ・おしりが切れる

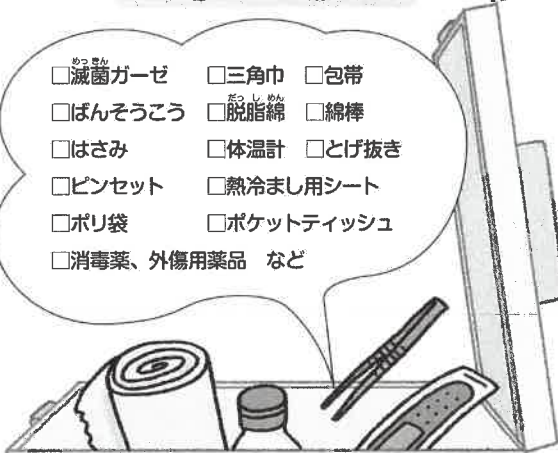
便秘はクセになりますが、便秘薬はクセになりません。
 気になる症状があれば、小児科の先生に相談してみましょう。



9月9日は救急の日

救急用品の点検を

- 滅菌ガーゼ
- 三角巾
- 包帯
- ばんそうこう
- 脱脂綿
- 綿棒
- はさみ
- 体温計
- とげ抜き
- ピンセット
- 熱冷まし用シート
- ポリ袋
- ポケットティッシュ
- 消毒薬、外傷用薬品 など



ご家庭に救急箱の用意はありますか？

いざというときにすぐ取り出せるよう、必要な物をそろえておくとう安心です。ときどきは中身をチェックして、期限の切れた薬品の入れ替えや、よく使う物の補充などをおこなしましょう。

8月の欠席状況

*新型コロナウイルス感染症については、速やかなご連絡、また自宅療養・自宅待機期間を守っていただき、ありがとうございます。ご家族内での感染も依然として続いています。引き続きご協力をお願いいたします。

新しい乳児医療証（コピー）をお持ちください

保育園でお預かりしている、乳児医療証のコピーの使用期限が9月30日までです。園内での急なケガや病気の際に使用することがあります。新しい乳児医療証が届きましたら、

後日配布する用紙（←今年から変更しています！）に

- ① 「乳児医療証と保険証のコピー」を貼り
- ② 「連絡先」を記入して
 担任にご提出をお願いします。（原本はお預かりできません。）

- ※ 現在お預かりしているコピーは、破棄させていただきます。
- ※ 医療証、保険証のコピーを使用した場合、後日原本を病院にご提示いただくことになります。

