



# ほけんだより 1月号



2024年1月発行  
こま草保育園  
看護師

## 子どものやけど、 気をつけて！

### 0～1歳のやけどが最も多い

やけどで救急車で運ばれた人のうち、最も多いのが1歳児、次いで0歳児です。やけどというとストーブやアイロンを思い浮かべるかもしれませんが、いちばん多い原因は、みそ汁やスープなどの熱い食べ物。やけどはちょっとしたすきに起こるので、注意しましょう。



炊飯器の蒸気に  
触れてやけどした

電気ポットのコードを  
引っばって落下させ、  
お湯がかかった



**対策** 加熱する電化製品は、手の届かない場所に置き、コードに引っかからないよう注意しましょう。

こんなことに  
**注意!**

食卓に置いた、熱い  
みそ汁の入ったおわんを  
ひっくり返した



**対策** 熱いものは子どもの手の届かない場所に置き、子どもの食事は冷ましてから食卓へ。また、だっこしたまま調理したり、熱いお茶などを飲んだりするのもやめましょう。

すぐ冷やして！



子どもがやけどをしたときは、すぐに流水で冷やします。衣類を着ているときは、服の上から水をかけましょう。水ぶくれができたときや、やけどの範囲が広いときは病院へ。

## 生活のリズムの見直し

お正月の間に眠る時間が遅くなったり、食事の時間が不規則になっていませんか？

- ・6時半には起床して余裕を持って、朝ご飯、歯磨き、トイレを済ませましょう。
- ・ゆっくり湯船につかりましょう。
- ・21時前には就寝し、しっかり睡眠時間の確保をしましょう。

## 12月の感染症情報

インフルエンザA  
アデノウイルス  
流行り目  
プール熱

11月から様々な感染症の報告があります。市内では溶連菌なども、流行っています。発熱や症状が出たら受診して頂き、診断を受けてください。欠席する期間が決まっている病名もあります。医師に相談して保育園に電話連絡と、コドモン入力をお願いします。