



ほけんだより

2019 10月 りすのき保育園 NO.8

自然の恵みに感謝して美味しいものを食べたり、見たり触れたりして感性を育んだり、身体を気持ちよく動かすには、とても良い季節になりました。成長とともに感じ方も違ってきて、新しい発見もあるかもしれませんね。

今月の予定

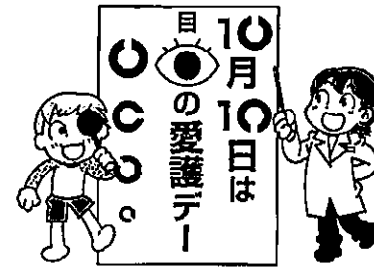
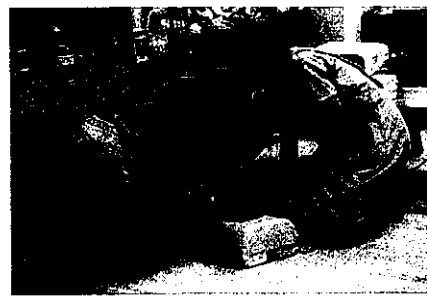
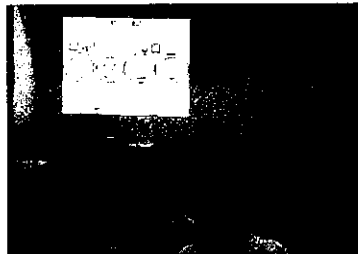
- 乳児健康診断 4日(金) くるみ・なつめ・まつほっくり PM 2:00 ~ 大池先生による診察です
 - からだの話 15日(火) 「目の話」(どんぐり) しいのみ・かしのみは視力・聴力検査をします。
 - 身体測定 16日(水) 全クラス
 - 歯科健診 17日(木) 全クラス AM 9:30 ~ 木村先生による診察です。
- 感染症情報をお知らせするホワイトボードに掲示しましたが、インフルエンザが近くの学校で発症しています。気を付けてお過ごしください。

9月10日 17日に“心肺脳蘇生法・防災”の研修を園内で行いました。

国士舘大学、防災・救急救助総合研究所で講師や救急救命士として活躍されている、月ヶ瀬先生と東村先生に2日間に渡り、全職員を対象に教えていただきました。今回は少しレベルアップし、心臓だけでなく、脳も蘇生させることで社会復帰を目指した救急法でした。

安全を確保してから始めます。①救急車を呼ぶ②AEDを持ってくる③沢山の人を呼ぶ④園児を他の場所へ呼吸の確認後、心肺蘇生を始めます。すぐに始める事で、酸素が体に残っているうちに、心臓を動かしてその酸素を体中に回します。心臓圧迫のみでも十分助かります。しかし、水の事故の時は、酸素を使いきってしまっているため、人工呼吸も必要です。一人の時は30回の圧迫に2回の呼吸を吹き込みます。2人の時は15回に2回です。救急車が来るまで13分間しっかりと、命のバトンをする事を私たちは誓いました。防災については、今年は大雨が多かった事から水害についてのお話しでした。水の流れは思いのほか強く、ひどい雨になると子どもの足では歩けなくなる事もあります。早目に避難することを学びました。

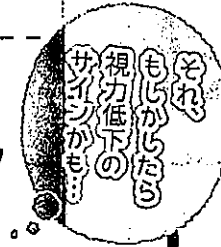
幸い、この地域の浸水は無いと思われませんが、大きなものが飛んできたり、地盤などが心配です。避難の方法など、職員で話し合いました。



視力の低下が、低年齢化してきています。毎年、どんぐりの部屋では“目を守る涙の話” “汚れた手で目を触らない” “目を大切にすることはどんなこと” などお話しします。4歳5歳児は視力検査をしています。(年長を中心に、就学時健診の練習で聴力検査もしています。)

やってみよう セルフチェック

- Check✓
- 気がつくテレビや本に近づいている
 - 首をかしげたほうが見やすい
 - 片目を閉じてものを見ている
 - 光をまぶしく感じる



視力は、1歳で0.1、4.5歳で1.0とされています。まだまだ発達途中なので、早目の治療で十分回復します。左記のサインがあったら、小児眼科を受診してみましょう。3歳児健診では小児専門の眼科医が保護者の希望があれば視力検査をさせていただきます。気になる時は、是非診ていただくとよいと思います。

毎日大活躍! なみだのおしごと

1 目を掃除する

目に入ったゴミなどを洗い流します

2 目を守る

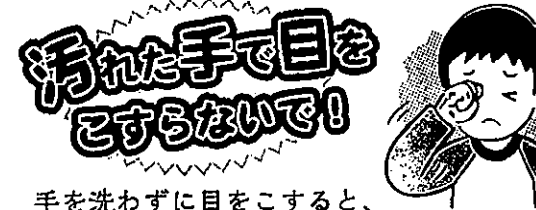
表面が傷つかないようになみだのバリアを張ります

3 目に栄養を届ける

なみだが酸素や栄養を届けます

4 なみだからのお願い!

私はまばたきで目に行き渡ります。みなさんがゲームやスマホにずっと集中しているとまばたきが減って十分動けません。時々意識してまばたきしてくださいね。



手を洗わずに目をこすると、バイキンが入って病気になることも…。

ものもらい

結膜炎

まぶたが腫れて目やにが出ます。赤くなったりがゆみも出ます。白目が赤く充血し、感染のほか、アレルギーで起こることも。

予防には手洗いが一番。また、むやみに目をこすらないようにしましょう。

今月も元気に、過ごせますように。