



保健安全だより 1・2・3月号

みのいいちば保育園



新しい年が始まり2カ月目を迎えました。同時に、今年度も残り2か月となり、卒園・進級・入園の準備に忙しくなる時期となりましたね。まだまだ寒い日が続きますが、残り2か月も子どもたちと元気に過ごしたいと思います！



災害への対策できていますか？

今年は東日本大震災から13年目となります。いつ起こるか分からない災害に備え、今一度、ご家庭の対策を確認してみましょう。



家具の置き方の工夫

- 家具が転倒しないように固定する
- 背の低い家具を選び、倒れても出入口をふさがないようにする

非常用持ち出しバッグ

- 避難所で生活するようになった場合に備え、必要な物をバッグに入れておく
- オムツやおしり拭き、生理用品なども忘れずに

避難場所・避難経路

- 災害が起こった時に慌てず避難できるよう確認しておく
- 豪雨・津波・地震など災害の種類により避難場所が異なるため気を付ける

食料・飲料水の備蓄

- 防災用の特別なものではなく、普段利用している食品類を用意する
- 離乳食やミルクも忘れずに。飲料水はミルクにも使える軟水か純水を用意する
- トイレの水を流す生活用水として、浴槽に水をためておく

家族同士の安否確認方法

- 互いに安否確認の方法や集合場所について話し合う
- 災害時は回線がつながりにくいこともあるため、災害伝言ダイヤルなども利用する

食料（離乳食）やオムツ、衣服などは子どもの成長に合わせ、適宜入れ替えていきましょう



その症状だいじょうぶ？



鼻水・鼻づまり・・・花粉症

まだ2、3歳のうちに花粉症にかかる子どもが増えています。症状も鼻水や鼻詰まりといった風邪に似た症状のため気づきにくいのですが、風邪薬を飲んでも良くならない場合はアレルギー検査を受けてみるとよいでしょう。花粉症は自然に治ることはありません。治療しないでいると成長と共に重症化しやすく、他のアレルギーを発症することがありますので、注意が必要です。



皮膚のかゆみ・・・肌トラブル

環境が大きく変わる春は、気づかぬうちにストレスを感じていることもあります。ストレスや寒暖差、乾燥は肌トラブルを招き、その痒みによって睡眠の質の低下や睡眠不足を起こしてしまいます。子どもの皮膚は大人と比べ表皮が薄く皮脂が少ないためバリア機能が低く刺激に敏感です。特に乾燥が激しい時期には皮膚からダニやハウスダストなどのアレルギー物質が入り込み、アトピー性皮膚炎を起こしやすくなります。

保育室より



保育園では地震や火災など様々な災害に備え、月に一度避難訓練を行っています。今回の訓練は『午睡中に地震が発生』した設定で行いました。

緊急地震速報が鳴るとびっくりしている表情や不安そうな表情を見せながらも、保育者の「おいで！」「ここに集まるよ！」の声掛けですぐに集まることが出来ました。集まった後も静かに先生のお話を聞いて、訓練が終わった後は「怖かった」とお話す声が聞こえました。

今回の訓練では安全を確保して終わりでしたが、火災が発生している場合や崩落の危険がある場合などは、実際に避難場所まで歩いて行きます。

毎月の避難訓練がしっかりと身につけていて、慌てることなく避難することが出来ている子どもたちですが、いつどんな時に起こるか分からない災害に備えてこれからも避難訓練の大切さを伝えていきたいと思っています。

保育園の訓練で覚えたことを、ぜひお子さんと一緒にご家庭でも振り返ってみてくださいね！

