



# ほけんだより

令和3年12月10日  
庄原市立庄原保育所

今年も残すところ、あとひと月となりました。  
空気が乾燥し、気温も下がり、いろいろな感染症が流行しやすくなりますので、手洗いやマスクを装着して感染症を予防していきましょう。

また、お休み中はケガや事故に注意し、早寝、早起き、朝ご飯を食べるなど基本的な生活リズムが崩れないように過ごしましょう。

## こどものやけど

こどものやけどは、後に**ケロイド**（皮膚が盛り上がり硬くなる状態）を生じやすいので要注意です。



特に、手にケロイドを生じると指を動かしにくくなり、手術を要する場合があります。そのため、こどものやけどでは初期から十分な治療を行う必要があります。



## やけどの応急処置

まずは**水道水で15分～30分間**冷やしてください。それにより、痛みややけどの広がりを抑えることができます。

- ・氷を直接やけどの部分にあてないようにしましょう。
- ・服を脱がせづらい時は、無理をせずに服の上から冷やしてください。
- ・水ぶくれは破らないようにして清潔にしておいてください。

※やけどの範囲が広い場合や水ぶくれが生じた場合は早めに医療機関を受診してください。

## 日常生活の注意点

こどものやけどの原因としては、味噌汁、炊飯器の蒸気、アイロンやストーブなどが多くみられます。



※子どもがやけどしないように、環境の工夫をし、事故を事前に予防しましょう。

## 服装についてのおねがい



冬はついつい厚着になってしまいがちです。子ども達は、たくさん着ていると熱くなったときに脱ぎにくさがあります。

また、ボタンが多いと着脱が難しいです。

また、ボタンが多いと着脱が難しいです。装飾品が遊具やおもちゃなどに引っかかり、大きな事故につながるケースがあります。**服の大きさや袖の長さ等、服の調整に気をつけてあげてください。**

子ども達はしっかり体を動かして遊ぶため、**動きやすく、自分で着脱**

**しやすい服を選んであげてください。**

よろしくお願ひします。



## 本のハッピーエッセンスを紹介



子どもにとっても、大人にとっても、およそ人間が生きていくうえで、甘えは絶対に必要なものです。



**10歳までは徹底的に甘えさせる**

そうすることで、子どもはいい子に育つ

**仕事から帰って、5分でも10分でも、一緒にいる時間があるなら、その時間を大切にしてください。**

「あれしなさい、これしなさい」と、叱ったり命令したりする時間ではなく、今日あったことを聞く、そして、おもしろいことは、心から笑い合う、そういう時間になれば、たとえそれが、5分であっても、子どもの心は満たされると思います。



子育てでハッピーエッセンス 100%

スクールカウンセラー・医師 明橋大二 著

