

# ほけんだより



日中はまだまだ暑い日が続いていますが、じりじりと焼け付くようだった夏の日差しも少しずつやわらぎ、日が落ちるのも徐々に早くなり、秋の気配をそこはかたく感じられるようになりました。今年は例年になく暑い夏だったので、そろそろ秋の涼しさが恋しくなりますね。この暑さで身体には、疲れがたまっています。生活リズムを整え、無理せず、ゆっくり過ごすよう心がけましょう。

9月29日は、十五夜(中秋の名月)。旧暦では、1日を新月としている為、15日がほぼ満月となります。この15日の夜、またはその時に見える月の事を十五夜といいます。そして、旧暦では7月～9月までが秋。中秋は、秋の真ん中の日を意味し、この旧暦8月15日の十五夜は、1年のうちで特に月が美しく見え、お月見に適している事から『中秋の名月』と呼ばれるようになったそうです。ちなみに、新月から満月までの日数は、多少の変動がある為、中秋の名月(十五夜)＝満月ではない事が多いそうですが、今年の十五夜は久しぶりに満月になるそうです。まん丸の月を見ながら、家族でほっと一息つけるといいですね。

## 感染症情報



手足口病 1名

ヘルパンギーナ 2名

新型コロナウイルス感染症 5名



※夏季休暇で登園する子が少なかったこともあり、手足口病の流行はようやく落ち着きました。大きな感染症の流行はありませんでしたが、急な発熱による欠席や早退はぽつぽつと続いている状況です。

※ヘルパンギーナは、子どもの代表的な夏風邪の1つで、発熱と口の中の水疱が主な症状となっています。口の中の水疱により、食事や水分が摂りにくくなる事があり脱水と熱性けいれんに注意が必要な病気です。また、アルコールによる消毒ではウイルスが死滅しない為、おむつ交換や排泄後はしっかり石けんで手を洗いましょう

※新型コロナウイルス感染症は、家族内で広がりやすい傾向にあります。ご家庭内で体調の悪い方がいらっしゃる場合は、必ずご連絡をいただきますようお願いいたします。



119番!

# 救急車の呼び方

119番通報をすると、救急隊の人からこんなことを聞かれます。できるだけ落ち着いて、はっきり答えましょう。



救急ですか？ 救急ですか？



どうしましたか？

(誰が・いつから・どうしたか・どんな状態か)



場所はどこですか？

〇〇市〇〇番地です。近くに〇〇があります



名前と連絡先を教えてください

〇〇です。電話番号は〇〇〇〇〇〇です

# もしも地震が起きたら...

**家にいるとき**

○ テーブルの下などに隠れる

× 倒れそうな家具を支える

**外にいるとき**

○ 塀や建物から離れて、頭を守る

× 塀や建物の近くでじっとする



鼻血が出た!  
軽くうつつむいて、親指と人差し指で鼻をつまむ



カッターナイフで切れた!  
流水で傷口を洗い、清潔なハンカチなどで止血



お湯でやけどした!  
流水で痛みがやわらぐまで冷やす