

# ほけんだより 11月号



令和6年11月発行

宇土保育園

やっと朝夕が少しずつ冷たくなってきました。1日のうちの寒暖差があると、風邪をひきやすくなります。これからやってくる本格的な冬に向けて、風邪に負けない丈夫な体作りを心掛けましょう。



## 熱性けいれん・・・

この時期、朝と昼の寒暖の差が激しく、風邪をひいている子が多くみられます。また、いろいろな感染症が多く流行する時期です。これに伴い、高熱などでけいれんを起こす場合があります。実際にけいれんをみると慌ててしまいがちですが、落ち着いて対応すれば大丈夫です。

### ①まずは応援を呼び、床に直接寝かせましょう

広いスペースで寝かせ、衣服を緩めましょう。吐物で誤嚥しないように、顔が横を向くように体全体を横に向けます。

### ②5分間観察します

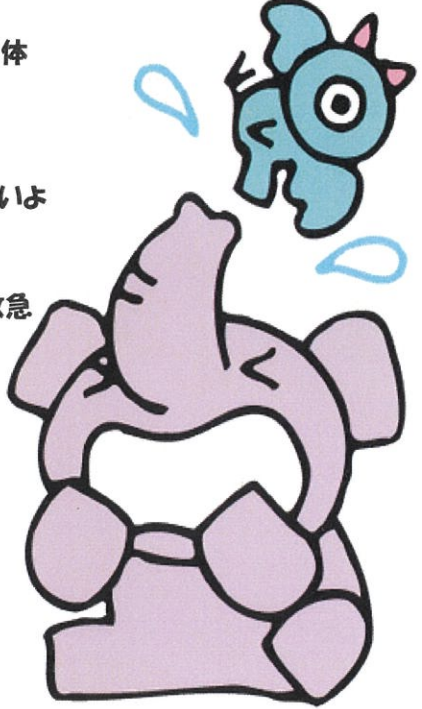
どのような発作であるか観察します。動画を撮ると後で医師や救急隊に報告しやすいですよ。

### ③5分以上続く場合は救急車を呼びましょう

必ずしも5分間待つ必要はなく、5分以内に救急隊に通報しても構いません。

### <間違った対応!です。気を付けましょう>

- ・口の中に割り箸を入れる×
- ・薬や飲み物を飲ませる×
- ・激しくゆする×
- ・強く押さえつける×



## 鼻かみはゆっくり片方ずつ!

子供が自分で鼻をかむ場合、ゆっくりと片側の鼻の穴を押さえながら、少しずつかむように教えましょう。強くいっぺんにかむと、鼓膜に圧力がかかり、中耳炎の原因になることもあります。できない時にはラップを吹くように伝えるとできるようになるそうです。

今月の感染症の発生は・・・  
いませんでした!!

しかし、全国的にマイコプラズマ肺炎が数年ぶりに流行しているそうです。思い当たる症状などあればすぐに病院に受診をお願いします。

