

早いもので今年もあと1か月となりました。年末年始は家族でお祝いする楽しい行事が盛りだくさんです。お休みの間は生活習慣が乱れがちとなりますが、睡眠・食事の時間を意識し、病気や事故のないようお過ごし下さい。

### ◆冬に気を付けたいお子さまの事故◆

#### ※やけど※

##### 1, 石油ストーブ、ヒーター

- ◆ 子どもは何でも触って確かめようとするので、周囲の大人が配慮するようにしましょう。
- ◆ 熱くならないタイプのガードを設置したり、やかんは置かないようにするなど、出来ることから対策をしていきましょう。
- ◆ 自宅ではしっかり対策していても、遊びに行った先など、いつもと違う環境で起こるケースもあります。周囲の人たちへも協力を仰ぎましょう。



##### 2, こたつ

こたつの中の温度は通常は40℃前後になることが多く、温度設定を強めると60℃近くまで上がると言われています。

- ◆ 低温やけどを防止するため、同じ部位に熱が当たらないようにしましょう。
- ◆ 長時間の使用による脱水症などの予防のためにも大人の目が届かない場合は、こたつの使用は控えましょう。



##### 3, 加湿器の蒸気

冬は乾燥の季節、加湿器を使う機会も増えてきます。

- ◆ 加湿器を使用する際は、蒸気に子どもが触れないように設置しましょう。
- ◆ コードを引っ張って倒してしまわないように工夫しましょう。



#### ※ちっ息※

##### 1, お餅をのどに詰まらせる

- ◆ 低年齢のお子さまには与えない。
- ◆ お餅は小さく切って、1つずつ器に入れ、なくなったらおかわりするようにしましょう。
- ◆ お餅を食べる前に、先にお茶や汁物を飲んで、のどを潤しておきましょう。
- ◆ 「ゆっくりよく噛んで食べようね」などの声掛けをしましょう。
- ◆ 見守る際は、お子さまの表情が見える正面に座り、異常がないか注意深く観察しましょう。

##### 2, 掛け布団

- ◆ 重たい大人布団がお子さまの顔を覆わないよう、お子さまの布団は年齢に合わせて「ベビー用」「子ども用」を選び、大人用の布団で寝ないようにしましょう。
- ◆ 子どもは暑がりでも冬でも汗をかくため、冬用の布団も通気性や吸湿性の良いものを選ぶようにしましょう。



##### 3, フード・ひも付きのパーカーや上着

玄関のドアノブにフードの部分が引っかかったり、公園の遊具で遊んでいた際にフード部分が引っかかったりして首が締め窒息してしまう事例があります。

- ◆ 子どもが着る衣服は、出来るだけフードのないものを選ぶようにしましょう。
- ◆ どうしても着用する場合は、お子さまから目を離さないように注意しましょう。



## ※その他※

### 1, 転倒

- ◆ 事前に滑りやすい箇所を把握し、除雪やお湯などで凍結部分を溶かしたりしましょう。
- ◆ 外出先などで対策が出来ない場合は、小さいお子さまは大人が手を繋いで歩くようにし、大きいお子さまには、つま先ではなく足の裏全体を使ってゆっくり歩くことを伝えましょう。
- ◆ 滑りにくい形状の靴底のものを履くようにしましょう。

### 2, 熱中症

冬だから車内の温度が上がらないということではなく、晴れていれば車内の温度が上がる可能性はあります。冬であろうと、お子さまを車内に一人にしないようにしましょう。また長時間の運転の場合はこまめに水分補給を促し、脱水症状に陥らないよう心がけましょう。



## ◆年末年始の急病は?◆

年末年始はほとんどの病院が休診となります。お子さまの急な発熱やけがに備えて、事前にかかりつけの病院の他、近くの救急病院の診療時間と休診日は確認しておきましょう。帰省先や旅行先の情報を把握しておくことも大切です。

### 小児救急電話相談

夜間の子どもの急病時、病院へ行ったほうがよいか、家庭でどうしたらよいか迷った時や困った時に、小児科医の支援体制のもとに看護師が相談に応じます。

**#8000** または **06-6765-3650**

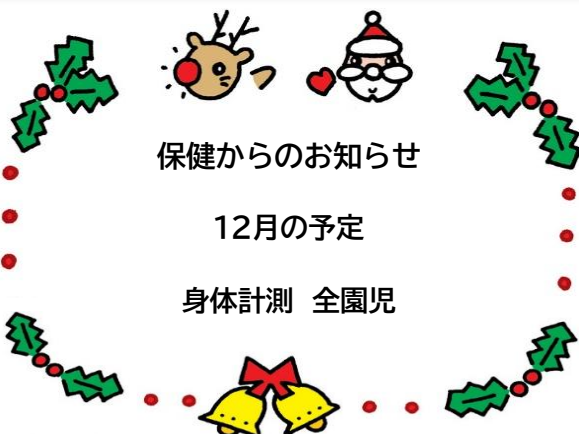
開設時間：19時から翌朝8時まで(365日)

### 救急安心センターおおさか

「救急車を呼んだ方がいい?」「病院に行った方がいい?」突然の病気やケガで困った時に看護師が医師の支援体制のもと、24時間・365日対応します。相談の結果、緊急性がある場合は、直ちに救急車が出場します。

**#7119** または **06-6582-7119**

※緊急時には迷わず119番へおかけください。(詳しくは大阪市ホームページをご覧ください。)



保健からのお知らせ

12月の予定

身体計測 全園児



～看護師より～

今年も保護者の皆様には、健康推進・感染防止の取り組みにご理解とご協力をいただき、有難うございました。来年も子ども達が元気に楽しく過ごせますよう、活動して参ります。

2025年も何卒よろしくお願ひ申し上げます。

