



ほけんだより 9月号

令和8年9月1日
認定こども園 あゆのさと
看護師 雨宮・石黒

夏が過ぎ、ひと回り大きく、たくましくなった子どもたち。まだまだ続く暑さの中で、元気に園生活を楽しんでいますが、夏の疲れが出てくるころです。しっかりと休息もとっていきましょう。

秋の保健行事

- 9/9(火) 歯科教室 幼児のみ ●10/8(水) 内科検診 全園児
- 10/15(木) 聴力・視力検査 年長 ●11/12(木) 歯科検診 全園児

詳細は行事が近くなったら、お知らせします。

★さくら組(年中児)は9/29(火)・10/6(火)に5歳児検診があります。



防災の日

9月1日は防災の日。最近では、7月末に熊本地震が発生しました。今回の地震で、突然の大地震とその後の避難生活の厳しさを改めて実感することになったと思います。いつ起こるかわからない災害に備えて、ご家庭でも防災グッズのチェックや避難場所の確認などをしてみましょう。

<非常時の持ち出し品の準備>

非常時の持ち物をリュックなどに詰めておきましょう。避難所ではこども向けの物資が十分にそろわないことがあります。こどものための備えも忘れずに準備しておきましょう。

(子供向けの防災グッズ)

- おむつ、おしりふき、防臭袋
- 保存水
- 液体ミルク、哺乳瓶
- こどもが食べやすい非常食・離乳食
- こどもサイズのスプーン
- はきなれた予備の靴
- おもちゃや絵本
- 子ども用のマスクや軍手
- マイナンバーカード(保険証)やこども医療受給者証のコピー
- こどものアレルギー情報がわかるもの など



<地震で倒れやすいものはないか>

熊本地震では、多くの家具が倒れ、部屋に散乱したガラスや物によってケガをしたり、避難が妨げられました。子どもが過ごす部屋に、倒れやすい棚や落下しやすいものはありませんか？棚の上に置いてあるものはおろし、倒れそうなものなどは突っ張り棒や金具で固定するなどの工夫をしましょう。



<避難する場所・家族との連絡方法を確認>

災害時に家族全員が安全に避難するために、避難場所がどこなのか、そこまでの経路を事前に確認しておきましょう。

避難する経路については、事前にお子さんと歩いてみて、抱っこやおんぶ紐が必要なのか、手を引いて安全に動けるか、子ども目線でも確認してみましょう。

また、災害時の「お迎えの重複や置き去り」を防ぐために、もしもの時のルール決めなどを家族で話し合っておきましょう。複数の連絡手段を確保して、お迎え完了まで連絡を取り合い、必ず家族間で安否確認を行えるようにしましょう。

予防接種や乳幼児検診、受けそびれはないですか？

予防接種は感染症にかかる前にワクチンによって免疫をつけ、感染症の発症を予防、または軽症化します。特に乳児の予防接種を遅らせると、免疫がつくのが遅れ、重い感染症になるリスクが高まります。せっかく最初の接種を受けても、追加接種を受けていないと免疫が十分につきません。体調を整え、スケジュールに沿って接種しましょう。

年長児は「MR(麻疹・風疹)ワクチンの追加接種時期」にあたります。就学前に、かかりつけの医療機関で接種を受けるようにしましょう。

また、乳幼児健診は、子どもの健康状態を知る大きな機会です。適切な時期にきちんと乳幼児検診を受け、相談したり、成長を確認したり、育児の悩みを解消していきましょう。