



9月に入っても、まだまだ残暑が厳しい様です。夏の疲れが出て、残暑バテをおこさないように、健康管理に気を配ってあげたいですね。

防災週間(8月30日～9月5日)

9月1日は防災の日です。今年も東北地方や新潟県などで、大きな災害がありました。

もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。



また、お子様にも火事や地震が起こった時にどのように行動すべきか？

- ・ 煙を吸わずににげる方法
- ・ 地震の時は机の下に隠れる
- ・ 水害の時の避難場所など、

日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにしましょう。



しゃがむ



かくれる



まっ

お家の中にも事故やケガを招く危険な物がたくさんあります。

事故を防ぐために、改めて確認をしてみましょう。

- ・ 子供の手の届く場所に置いては行けない物
薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁など刃物、針、子供が飲み込める細かい物
- ・ 踏み台になる物をベランダに置かない
- ・ コンセントはカバーをして、いたずらできないようにする
- ・ 遊び食べに注意(食べ物がのどに詰まる、箸がのどに刺さるなど)
- ・ 浴室には子供1人で勝手に入れないように工夫する



9月9日は救急の日

救急用品の点検を

- 滅菌ガーゼ □ 三角巾 □ 包帯
- ばんそうこう □ 脱脂綿 □ 綿棒
- ハサミ □ 体温計 □ とげ抜き
- ピンセット □ 熱冷ましシート
- ポリ袋 □ ポケットティッシュ
- 消毒薬、外傷用薬品 など

- ・ 薬の使用期限が切れていませんか？
- ・ 無くなっている薬はないですか？



運動会の練習が始まります。

安全に練習するためのポイント

● 生活習慣を整える

睡眠不足はケガのもと！たっぷり睡眠をとり、朝ごはんをきちんと食べて練習にのぞみましょう。

● 手足の爪をきちんと切る

爪が伸びていると人にケガをさせたり、爪がわれたりして自分や友だちが痛い思いをします。砂などの汚れも溜まりやすく衛生的にもよくありません。

● 水分補給をしっかりとる

こまめに水分補給をして熱中症に注意しましょう。のどがかわいてしまう前に、水分をとるのがポイント。

● 準備運動は念入りにする

準備運動をしっかりとることで思わぬケガを防ぐことができます。準備運動から真剣に取り組みましょう。

新型コロナウイルス感染症拡大中

- ・ 群馬県内においても、連日多くの新型コロナウイルス感染者が確認されています。
- ・ 9月2日までの予定で、県のガイドラインに基づく警戒レベル「2」が継続されます。
- ・ 10歳未満、60歳以上の感染者数の増加が続いています。
- ・ 引き続き、手洗い・健康観察(体温測定)など感染防止をお願いします。
- ・ 感染が広がることを防ぐために、発熱、せきなどのかぜ症状が見られる場合はお休みいただき、家庭での療養にご協力をお願い致します。