



ほけんだより 9月号



2022年9月1日
昭和ナースリー
看護師

9月1日

9月9日

防災の日*救急の日



防災リュック、準備していますか??

自宅にすることが危険になり避難することになった時、家族の命を守るために最小限必要な品をすぐに持ち出せるように準備しておきましょう!

乳幼児用の緊急持ち出し品リスト

参考【乳幼児と保護者、妊産婦のための防災ハンドブック】

| | 用品例 | 参考 |
|---------|-----------------------|-------------------------------------|
| 必需品 | 育児用ミルク | キューブなど小分けの市販品もあり。 |
| | 哺乳瓶(密閉式ビニール袋、消毒液とともに) | プラスチック製が軽量で割れる心配がない。使い捨て哺乳瓶の市販品もあり。 |
| | 調乳用の水 | 硬水より軟水を。加熱殺菌済みベビー用飲料水が便利。 |
| | 離乳食、幼児食、おやつ | 少なくとも1日分。 |
| | 着替え(長袖、長ズボン、肌着)、防寒具 | 全身を保護するため、夏でも長袖、長ズボンを。 |
| | 紙オムツ、おしりふき | オムツは1日8~10枚は必要。 |
| | 抱っこ紐、おんぶ紐、子ども靴、帽子 | 避難する時に使う。帽子は脱げにくい工夫を。 |
| あると便利な品 | 菜 | 医師から処方されている薬などがあれば。 |
| | スプーン、ストロー、子ども用歯ブラシ | 使い捨て用が便利。 |
| | 大判スクarf、風呂敷、タオルなど | 授乳時に人目を避けたり、保温用に。 |
| | ドライブ用簡易トイレ | |
| | おもちゃ・絵本 | おもちゃは音のでないものが無難。 |



乳幼児がいる家庭での非常時の備えとして、**1週間分【紙おむつ 100枚】【おしり拭き 200枚】を目安に常にストック**しておくと思います!災害時には、下痢など体調を崩す乳幼児が多くなることを想定すると、オムツの使用枚数は多めに見込む方がいいです。また、子どものサイズアウトしたオムツは、災害時に大人用簡易トイレに使用できたりもするので、処分せずに取っておくのもアリ★

我が家でも防災リュックを1人1個準備しています😊…が、最低でも1年に1回は必要な定期的な中身のチェック、「今度やろう」が続いて早3年🌀季節や子どもの成長にあわせ、着替えやおムツサイズのチェックなど、今年こそは…!!!

夜間や休日に、子どもが発熱!ケガ!嘔吐!けいれん! 判断に困ったときは「#8000」に相談!

「#8000」とダイヤルすると、住んでいる都道府県の相談窓口へ自動で転送され、小児科の医師や看護師から、救急車要請が必要なのか、受診が必要なのか、経過観察でよいのか、アドバイスをもらえます。

◆東京都・こども医療でんわ相談◆

平日(月~金曜) 18:00~翌朝 8:00

土・日・祝日 8:00~翌朝 8:00

【乳児医療証】更新のお願い

乳児医療証の有効期限が9月末日で切れます。新しい医療証が9月中に世田谷区から郵送される予定です。新しい医療証がお手元に届き次第、コピーを園に提出してください。ご協力よろしくお願いします。

子どもの誤嚥・窒息事故
ナッツ類だけでなく
「柔軟な球形の食品」にも注意!

職員向けに 『気道異物除去』 の研修を行いました!



厚生労働省の調査(2014~2019年)では、食品を誤嚥して窒息したことにより、3歳以下の子ども64名が亡くなっています。

ナースリーでは、誤嚥事故防止のため、巨峰・ピオーネ・ミニトマト・キャンディチーズの給食での取り扱いはしていません。また、万が一に備えて全職員が対応できるよう、知識・手技の向上に励んでおります。

私事ですが、第2子出産のため、9月8日から産休育休に入らせていただきます。またナースリーのみんにたに会える日を楽しみに、元気な女の子を産んできます!!!
看護師

