

9月 ほけんだより



令和4年9月1日発行

8月は、手足口病、コロナウイルスなどの感染症が流行しました。今年の夏は暑かったので免疫力の低下などで体調を崩されることが多かったように感じます。また、新型コロナウイルス感染症も変異しながら私たちの生活を脅かしていますが、心と体をゆったりとした気持ちで過ごすことも大切です。まだまだ暑い日が続いていますが、日が短くなり季節の変わり目を感じます。一日のうちで急激に変わる気温差に、小さな子どもたちは困惑気味で体調を崩しやすくなります。十分な休息、栄養に配慮し生活リズムと体調を整えてあげましょう。今後も、こまめに水分補給をしていきたいと思います。また、気を緩めることなく引き続き感染症対策も行っていきましょう。

～健康カードのご記入、ありがとうございました。個人情報ですので大切に管理させて頂いています～

9月は防災週間です 9月1日：防災の日、 9月9日：救急の日



AED 知っていますか



AEDの正式名は「自動体外式除細動器」といいます。心臓がけいれんして血液を送り出せない状態（心室細動）になった時、電気ショックを与えて心臓の動きを元に戻すための医療器械です。心停止後3～5分以内にこのAEDを使って心臓に電気ショックを与えること（除細動）で、命が助かる割合が高くなります。

このことから、AEDは医療機器ですが、救急車が到着するまでの必要な応急処置として、一般の人が使うことが認められています。操作は簡単です。電源を入れて、音声ガイドの指示に従って操作するだけです。杉戸みちのこ保育園では、事務所入り口の窓際に置いてあります。

災害に備えよう

災害時には妊婦や産婦、乳児は災害時要支援者となります。いざという時の被害を最小限にするためには日頃からの備えを心がけることが大切です。

- ・家の中を安全に保ちましょう
- ・避難場所や避難経路の確認
- ・普段行っている施設の連絡確認（病院、保育園）
- ・家族や親せきの連絡
- ・地域や防災訓練への参加
- ・持ち出し物のチェックリスト
- ・防災袋の確認



*杉戸みちのこ保育園の避難場所は、杉戸小学校になります。

現在流行している新型コロナウイルス感染症は、のどの痛みや違和感だけでも陽性となることがあります。感染後初期の段階で抗原、PCR検査を何回か行って陰性が出て、後日陽性となることがあります。症状が軽くても後遺症に悩まされることがありますので注意が必要です。一度かかってしまうと体の中でずっとウイルスが体の中に残り感染が続いて炎症物質が出続けることがあります。肝臓、腸、腎臓、心臓、脳などほぼ全身の細胞に感染し、免疫が一生懸命感染先を叩いても次の細胞に広がって行ってなかなか感染が終わらないというのが今、分かっている段階です。いつまでも体の中に残ってしまうとなると、これから体が作られていく子どもたちの心と体のことを考え、感染しない事が一番です。コロナウイルスのメカニズムの解明と、安全な治療薬が早く認証され、すぐに服用できる体制が整うことでコロナウイルスに負けない体になることを切に願うばかりです。

8月の感染症

コロナウイルス…多数
手足口病…多数
水疱瘡…1名
グループ症候群…1名
ヘルパンギーナ
…1名