

ほけんだより 2月

令和8年 白鳥保育園 看護師

寒い日が続いていますが、こども達は元気に外遊びも楽しんでいます。
2月3日の節分の日には、園では丸めた新聞紙やボールを豆に見立てて豆まきをする予定です。「鬼は外！福は内！」の元気いっぱいのかけ声で、子ども達の体の中にいるウイルスや細菌も出ていきますように！

豆まき、ちょっと工夫しましょう

豆まきの豆類は、誤嚥、窒息の危険性があります。5歳ごろまでは食べるのを避けるのがベストです。
5歳以上でも必ず、保護者が見ている前で食べてもらうようにしましょう。

豆を食べるときは……

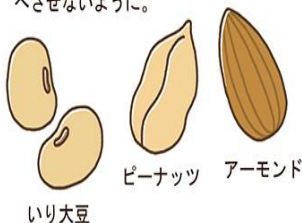
- 落ち着いて食べる
きちんと座らせ、大人が見守る所で食べさせましょう。



- 水分をいっしょにとる
のどをうるおして、飲み込みやすくします。

こんなものにも要注意！

いり大豆やナッツ類も3歳までは食べさせないように。



子どものやけど、気をつけて！

0～1歳のやけどが最も多い

やけどで救急車で運ばれた人のうち、最も多いのが1歳児、次いで0歳児です。やけどというとストーブやアイロンを思い浮かべるかもしれませんが、いちばん多い原因は、みそ汁やスープなどの熱い食べ物。やけどはちょっとしたすきに起こるので、注意しましょう。



炊飯器の蒸気に触れてやけどした

電気ポットのコードを引っぱって落下させ、お湯がかかった

対策 加熱する電化製品は、手の届かない場所に置き、コードに引っかからないよう注意しましょう。

こんなことに注意！

食卓に置いた、熱いみそ汁の入ったお碗をひっくり返した

対策 熱いものは子どもの手の届かない場所に置き、子どもの食事は冷ましてから食卓へ。また、だっこしたまま調理したり、熱いお茶などを飲んだりするのもやめましょう。

すぐ冷やして！



子どもがやけどをしたときは、すぐに流水で冷やします。衣類を着ているときは、服の上から水をかけましょう。水ぶくれができたときや、やけどの範囲が広いときは病院へ。



ウォーターサーバーを置いているご家庭も多いと思います。チャイルドロックを確実にかける（解除している様子を見せない）・子どもに操作させない・できるだけ近づけないなどの対策を取りましょう。