



スポーツの秋です♪東保育園の子ども達も、運動会の練習に励んだり、お友だちと砂場遊びや追いかけっこを楽しんだりしています。そんな中で、転んで膝をすりむいたり、登り棒で手の皮がむけてしまったり、お友だちとぶつかってしまったり…。

大きな怪我は困るけれど、小さな怪我は子ども達の成長や頑張った証です。その頑張りとお痛みを受けとめながら、手当てしてあげたいと思っています。今月は、保育園での怪我のケア方法についてご紹介します。ご家庭での参考にもしてください。

## 擦り傷・切り傷

- ① 流水と石鹸でよく洗う。
- ② 清潔なガーゼで水分をとる。
- ③ 血が出ているときは、抗生剤入りの軟膏を塗る。表面だけの傷のときは、ワセリンを塗る。
- ④ 絆創膏またはガーゼで、傷を保護する。

\*消毒液は傷の治りを遅くするため、原則使っていません。傷口が汚い場合（さびた鉄のところで転んだ、動物に噛まれた）などには、消毒液を使用しています。

\*傷の場所や程度によって、形成外科か皮膚科を受診します。



## キスパワーパッドやクイックパッドについて

傷をきれいに早く治してくれると評判の新しいタイプの絆創膏です。しかし、傷口に土などが残っていると、かえって化膿させてしまう危険性もあります。保育園では、皮膚科医のアドバイスより、安易には使わないようにしています。ご家庭で使用される場合は、パッドの周囲が赤くなっていないかよく観察しながら使うようにしてください。

## 鼻血

- ① 小鼻を押さえる。
- ② 上は向かず、まっすぐ～やや下を向かせる。
- ③ 首の後ろを保冷剤で冷やす。



\*上を向くと喉に血が回ってしまいます。

\*20分程度止まらないときには、耳鼻科を受診します。

## 打撲

- ① 保冷剤で冷やす。
- ② 場合によっては、湿布を貼る。



\*頭を打った場合は、顔色・吐き気に注意します。

\*顔色が悪い、吐く、高いところから落ちて頭を打ったときは、脳外科を受診します。

\*足首や手首等が腫れたり、動かない時は、整形外科を受診します。

## 健診予定

10月20日：内科健診

11月9日：歯科検診

16日：歯磨き指導（まつ、すぎ、けやき組）保健センターから歯科衛生士さんが来てくれます！

24日：内科健診

## 保健からのおはなし

・早寝早起きのはなし（すぎ組）