

気温が低く乾燥した日が続いています。2月4日は立春ですね。暦の上では春を迎える時期とされますが、1月下旬から2月にかけて最も寒いとされています。体調を崩さないように気を付けていきましょう。

子どもの嘔吐

宮古地域管内で感染性胃腸炎が流行しています。感染性胃腸炎は、嘔吐・下痢が特徴ですが、もしお子さんが嘔吐してしまったら…こんなところをみてあげましょう。

確認するポイント

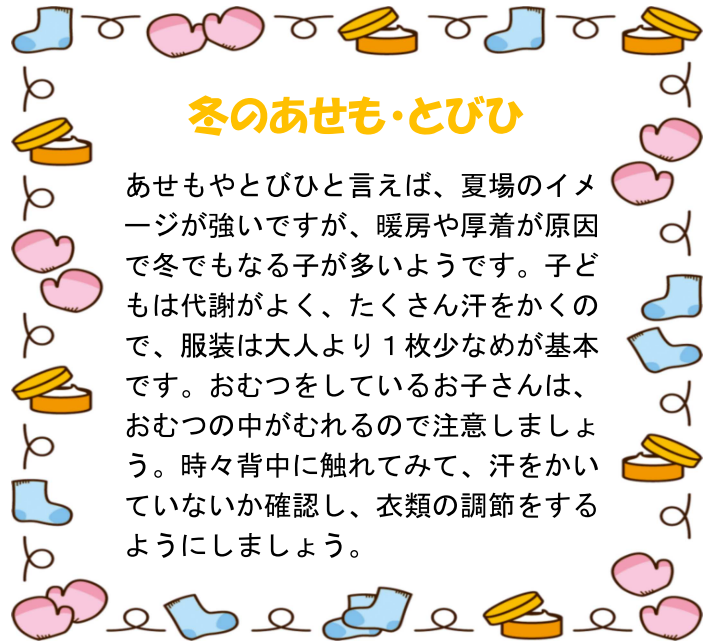
- ☆ 熱があるか
- ☆ 便の状態・おしっこの回数
- ☆ 頭やおなかを痛がっているか
- ☆ 周囲に似た症状の人がいるか



注意してほしいこと

- ☆ 嘔吐した直後は水分を与えず、30分ほど経って落ち着いてから白湯やお茶などを一口ずつとらせる。
- ☆ ぐったりしている・顔色がおかしい・何度も嘔吐する場合はすぐに受診しましょう！

嘔吐したことに驚いて怖がったり、泣いてしまうこともあります。「大丈夫だよ」と安心させてあげる声かけも忘れずに♡



冬のあせも・とびひ

あせもやとびひと言えば、夏場のイメージが強いですが、暖房や厚着が原因で冬でもなる子が多いようです。子どもは代謝がよく、たくさん汗をかくので、服装は大人より1枚少なめが基本です。おむつをしているお子さんは、おむつの中がむれるので注意しましょう。時々背中に触れてみて、汗をかいていないか確認し、衣類の調節をするようにしましょう。

節分と言えば豆まきですね。1年の無病息災を願ってまく豆ですが、思わぬトラブルを招くことがあります。

小さい子どもは、噛み砕いたり飲み込んだりする力が不十分なため、豆が気道に入りやすく、肺炎を起こす事もあります。また気道が狭いので窒息した例もあります。

消費者庁は

- 3歳頃まで豆やナッツ類を食べさせない。
- 3歳以上の幼児は食べる事に集中させ、よく噛み砕くようにする。

と呼びかけています。

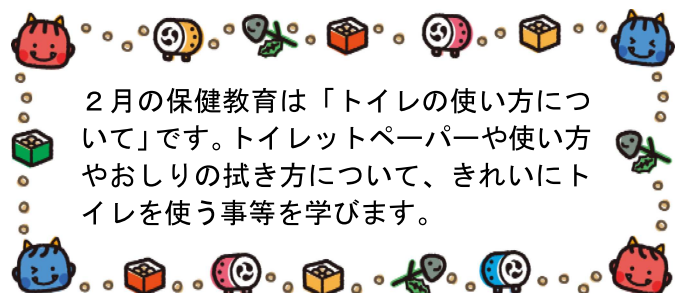
豆まきをした後は、子どもが拾って食べてしまわないように後片付けもしっかり行いましょう。



ヤバイってやばい!?

「先生来て！やばい！」園児に呼ばれ、何が起きたのかと思ひ慌てて行くと、廊下に虫がいて怖かったとのことでした。

おいしい・かっこいい・面白い・怖い・緊張する・まずい等、全部ヤバイで表していませんか？つついってしまう言葉ですが、これでは言われた相手には気持ちがきちんと伝わりません。子どもは身近な大人の言葉遣いをよく聞いています。まずは大人が、お互いの気持ちをきちんと伝えられる言葉遣いを心がけたいものですね。



2月の保健教育は「トイレの使い方について」です。トイレトーパーや使い方やおしりの拭き方について、きれいにトイレを使う事等を学びます。