

あおやぎちゃん通信

文京区青柳幼稚園

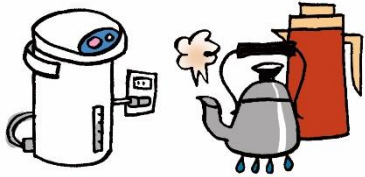
その4

あおやぎ広場

令和5年12月15日

クリスマスに年末年始と、楽しい行事目白押しの冬休みももうすぐですね。家族団らんのよい時間が取れることと思います。しかし冬にも様々な危険があります。以下のような点に注意して、楽しい冬を過ごしましょう。

●やけどに注意！



冬はストーブやポットを使用する機会が増えると思いますが、子どもがやけどする可能性があることを忘れないようにしましょう。最近では床暖房やエアコンが多いですが、ストーブやファンヒーターは触らないように説明が必要です。

使い捨てカイロは便利ですしそこまで高温ではないため油断しがちですが、長時間同じ部位にあてていると低温やけどの原因となります。



また、お茶やお湯、熱いスープなどにも注意しましょう。特にポットはお湯そのものだけでなく、非常に高温な「湯気」に触ってしまうこともありますので、十分注意して使用しましょう。

やけどをしてしまった際は、とにかく流水で冷やすことが大切です。最低でも10分は冷やしましょう。

衣類の上からお湯がかかったりした際は無理に脱がせようとせず、まず水でしっかり冷やしてから、可能であれば脱がせてください。

皮膚が衣類にくっついてしまった場合は無理に脱がせようとせず、病院を受診しましょう。



●手洗い・うがいを再確認しよう

感染症予防には、うがい・手洗いが重要です。特に手洗いをしっかりすることで、様々なものにバイキンを広げるリスクが軽減されます。

今一度、手洗いの方法を確認しましょう。



“きらきらぼし”のリズムで歌いながら洗ってみましょう



●スキンケアで乾燥対策を

幼児期は皮脂の分泌量が少なく、乾燥しやすいです。湿度が下がり乾燥しやすいこの時期は、お子さんのスキンケアを念入りをお願いいたします。

★体を洗うときは柔らかい綿のタオルがおすすめです。

★お風呂上りはゴシゴシ拭かず、水分を押さえるようにふき取り、その後なるべく早く保湿することが大切です。

この際、塗る人の手を清潔にしておくことを忘れないようにしましょう。

★手洗いは大切。

しかし手洗いで皮脂が落ちますので、洗った後に状況に応じ保湿しましょう。



●のどを詰まらせないように気を付けよう

普段と違ったお食事をする機会が増える年末年始ですが、のどに食べ物を詰らせる事故が増える時期でもあります。

- ・丸くつるつるした食物
(ピーナッツや枝豆、ミニトマト、キャンディーなど)
- ・かみ砕きにくい食物
(ゴミやお餅、団子、こんにゃくゼリーなど)

これらのものを食べるときは、小さくカットする、食べるときは目を離さない、子どもの手の届くところに置いておかないなどの注意をお願いいたします。

もしも詰まらせてしまったときは、右図のような対処方法があります。ハイムリッヒ法（ハイムリック法）は少し技術が必要な手技になりますので、余裕のある際に動画などで確認しておくといざというときに焦らずに済むと思います。

背部叩打法

傷病者の頭を胸より低くして、手の付け根で肩甲骨の間を力強く何度も連続してたたきます。傷病者がいつ気を失ってもいいように体をしっかり支え、転倒の対処ができるようにしておいてください。

ハイムリッヒ法

救助者は、傷病者の後ろに立ち手を腹部に当て、突き上げるようにし横隔膜を圧迫します。これにより肺が空気で押され、成功した場合には気管から異物を取り除くことができます。

※ハイムリッヒ法は1歳未満は禁忌です

楽しい年末年始を過ごして、3学期も元気いっぱい笑顔を見せてくださいね。
何かご相談ごとがありましたらご遠慮なくお声がけください。
看護師 佐口