



ソフィアすくすく通信 2月・3月号



令和8年 2月

ソフィア保育園

看護師

2月4日は暦の上では「立春」で春を迎える時期とされていますが、まだまだ厳しい寒さが続いています。あっという間に今年度も終わりに近づき、残すところあと2か月となりました。病気や怪我に気をつけながら、1日1日を大切に過ごしていきたいと思います。

節分の豆による窒息・誤嚥に注意！

小さな子どもは奥歯が生えそろわらず、かみ碎く力や飲み込む力が十分ではありません。

硬い豆やナツツ類をのどや気管に詰まらせて窒息したり、肺炎や気管支炎を起こすリスクがあります。

- ・硬い豆やナツツ類は、5歳以下の子どもには食べさせない。
- ・豆まきは個包装されたものを使用する。
- ・豆まきのあとは、子どもが拾って口に入れないように、後片付けを徹底する。
- ・兄姉がいる家庭では、5歳以下の子どもが欲しがっても与えない。

(2021.1.20 消費者庁より注意喚起)

恵方巻にも気を付けて



一気にほお張ると危険！
海苔自身が
噛み切りにくいため、
小さく切り分け
よく噛んで食べましょう。

普段食べ慣れない具材が入っていることもあるので、食べる前に確認しましょう。

もしも気道に食べ物が詰まってしまったら (応急処置: 気道内異物除去法参考例)

急に顔色が悪くなり、苦しそうな顔をして声が出せなくなります。窒息状態になると、たった数分で呼吸が止まり、心停止してしまう可能性があるので、すぐに119番、反応がある場合は応急処置を開始しましょう。

1歳未満の場合

背部叩打法

- ・椅子に座って、手で首・頭を固定しながら、両太ももの上にうつぶせにする。
- ・頭を低くして、背中の肩甲骨の間あたりを手のひらの下の方で5~6回迅速に強くたたく。



1歳以上の場合

背部叩打法

- ・子どもを座らせて、背中の肩甲骨の間あたりを手のひらの下の方で5~6回迅速に強くたたく。



胸部突き上げ法

- ・こどもを落とさないように抱きかかえながら、すばやく仰向けにして、頭を低くする。
- ・もう片方の手の指2本で、胸の真ん中を5~6回強く押す。



腹部突き上げ法

- ・こどもの脇の下から手を入れて、後ろから抱える。
- ・みぞおち下(おへその下)あたりで手を重ねて一気に手前上側に強く5~6回突き上げる。

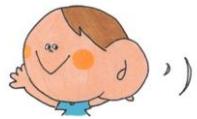


※ 背部叩打法と腹部突き上げ法を繰り返す

※ 背部叩打法と胸部突き上げ法を繰り返す

反応がない場合は心肺蘇生を！ (近くにAEDがある場合はAEDも！)

3月3日は耳の日です



数字の「3」が耳の形に似ていることから、『3月3日』は耳の日と言われています。
子どもは耳の病気にかかりやすいので、日頃からお子さまの様子をよく観察しましょう。



・呼びかけても気づかない・声が大きい ・聞き間違えが多い ・耳をよく触る ・不機嫌
などで耳の病気が見つかることもあります。気になる症状がみられたら早めに耳鼻科を受診しましょう。

耳掃除中の事故を防ぎましょう

東京消防庁管内では、令和2年から令和6年までの過去5年間に耳掃除をしていて受傷した事故により、211人が救急搬送されています。中でも0~4歳の事故が他の年代に比べて突出して多くなっています。1歳では自分で耳かきをしていた(耳に入っていた)が最多の原因です。

事故を防ぐために…

- 綿棒や耳かきを乳幼児の手が届くところに置かないようにしましょう。
- 耳掃除中に急に動かないように声をかけましょう。
- 耳掃除中に他の人やペットが接触しないように気を付けましょう。



耳掃除は…

- 耳あかは自然に外に押し出されるため、耳掃除は月に1~2回で十分です。
- 耳掃除は、耳の穴の入り口から1cmが目安です。綿棒で優しくぬぐい取る程度にしましょう。
- 取りにくい耳あかは無理をせず、耳鼻咽喉科で耳掃除をお願いしましょう。

保健からのお知らせ

2月

- ・身体計測 全園児
- ・6日(金) 内科健診 全園児

3月

- ・身体計測 全園児

～看護師より～

今年度も保健行事にご理解・ご協力いただきありがとうございました。
新しく始まる一年も、子どもたちが心身ともに健やかに成長できますよう、保健衛生活動に取り組み、新しい情報を発信していきたいと思います。
来年度もどうぞよろしくお願いいたします。

