

1月のほけんだより

社会福祉法人大和善隣館
やざき乳児保育園
令和8年1月

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いいたします。昨年に引き続き、保護者の皆様に、分かりやすく保健衛生に対する情報を発信していき、お子様が、すこやかに成長し、健康な毎日を送れるお手伝いをさせていただきたいと思っております。

こんなケガのときはどうする？

天候が悪い日が多くなるこの時期は、お家の中で過ごすことが増え、怪我も多くなります。今一度お家の危険箇所や、怪我をしたときの対応など確認しましょう。

やけど

★患部に衣服がくっついてはがれない

無理にはがさず、くっついた部分は残して切り取り、清潔なシーツなどで覆って受診しましょう。

★顔や陰部のやけど

特に気を遣う場所です。医師に適切な処置をしてもらいましょう。

★第2度（水ぶくれ・ただれ・激痛がある）以上のやけど

乳幼児は細菌に感染しやすいので、軽度と思っても受診しましょう。

★低温やけど

意外と深いやけどになっていることがあります。すぐに冷やして受診しましょう。

★水ぶくれが 500 円玉より大きい

ガーゼなどで保護をして受診しましょう。

救急車を呼んでください



- ・広範囲にわたるやけど
- ・体表面積 10%以上のやけど（子どもの場合、腕や足 1 本の面積がほぼ 10%）

応急手当

① 流水で冷やしましょう

衣は脱がさずやけどの部位を水道水を流しっぱなしで痛みが和らぐまで冷やします。

② 衣服を脱がせませう

ある程度患部が冷えたら、衣服を脱がします。衣服が引っ付いている場合は無理やり脱がしません

③ 患部を保護する

患部を清潔なガーゼで保護し、緩めに包帯をまきましよう。水ぶくれや痛みがときは受診をしましょう。

打撲

★胸部を打ってひどく痛がる
一部分だけ激しく痛むような時は肋骨が折れていることがあります。受診しましょう。

★2〜3日しても痛がっている

2〜3日しても痛みがとれない、ひどくなる場合は骨にひびが入ったり、骨折したりしていることがありますので、受診しましょう。

★みるみるうちに腫れてきた

応急手当で冷やしても、治まらず腫れがひどくなる、痛みが取れない場合は、受診しましょう。

救急車を呼んでください



- ・首や背中を強打し、意識がない
- ・胸を打ち、激しく痛がる、激しく咳き込む、血の混ざった咳をする
- ・腹部を打って冷や汗が出る、嘔吐する、激しく痛がる

応急手当

① 手足の打撲

傷がある場合は傷を流水で流した後、清潔なガーゼで覆い包帯をし、傷を保護します。その後流水で絞ったタオルやアイスノンなどで患部を冷やします。

② お腹の打撲

膝を抱えて横向きや仰向きで休む、膝を高くして休むなど、本人が楽になる姿勢で休みます。

③ 胸の打撲

胸を圧迫しないよう、壁に寄りかかり、呼吸をしやすくします。左右どちらかが痛む場合、痛いほうを下にすると痛みが和らぎます。

お子様の着ている服で思わぬ事故がおこっています。注意しましょう

フード

- ・ドアノブに引っ掛かり、首が絞まった。
- ・引っ張りあって転倒した

ウエストや腰回りのひも

- ・上着のひもが自転車のタイヤも巻き込まれた
- ・長いひもを自分で踏んだ
- ・バスのドアに挟まれた

首回りのひも

- ・滑り台の枠に引っかかった
- ・ブランコに引っ掛かり降りる時に転倒した

ズボンの裾ひも

- ・電車のドアに引っかかった
- ・エスカレーターに挟まり転倒した