

9月 ほけんだよ!

まだまだ暑い日が続きますが、幾分過ごしやすい日が増えてきました。元気いっぱい夏を過ごしたアソカっ子。夏の疲れが出やすい時期なので、ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるなどして、体調を崩さないように気を付けましょう。

★ 防災週間(8月30日～9月5日)

★ 9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。

★ また、お子さまにも火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにしましょう。

お家の中にも事故やけがを招く危険なものがたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- * 子どもの手の届く場所においてはいけな物
(薬、洗剤、たばこ、ライター、ポット、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かいものなど)
- * 踏み台になるものは、ベランダに置かない。
- * コンセントなどいたずらできないようにする。
- * 遊び食べに注意する(食べ物が喉に詰まることがある。)
- * 浴室には子どもが一人で勝手に入れないように工夫する。

※ かげの時に風呂に入っても大丈夫? ※

熱がなければ入っても大丈夫です。かげの時の風呂は、疲れを取るためではなく、皮膚を清潔にすることが目的なので、汗や汚れが取れれば十分です。体力の消耗を防ぐため、お湯の温度は上げ過ぎず、湯冷めしない環境をつくりましょう。お子さまが嫌がる時は無理にお風呂に入れるのはやめましょう。



9月の休日急患診療機関

1日	有馬医院 23-2616	松山医院 24-1046	隅病院 62-1100	宗政医院 22-4380	さかいクリニック 57-0155	丸田病院 23-7060
8日	はしくち小児科 24-5500	田口クリニック 24-0600	大岐医院 57-2025	安藤胃腸科外科医院 39-2226	橋病院 23-7236	岩下耳鼻咽喉科 51-1187
15日	志々目医院 57-2004	宮永医院 22-2015	みやしま内科クリニック 51-8100	もいやま脳神経外科 21-6888	池ノ上整形外科 23-2311	あきづき医院 36-0534
16日	久保原田中医院 22-7700	森山内科・脳神経外科 21-5000	田中隆内科 52-0301	フォレスト・クリニック 80-4313	飯田整形外科クリニック 46-5115	すみ産婦人科医院 23-1152
22日	ふくしまクリニック 46-5001	野辺医院 22-0153	都城在宅医療クリニック 58-9808	たかお浜田医院 22-8818	寺本整形外科 22-1171	中山産婦人科 23-8815
23日	たけしたこども医院 51-0005	瀬之口醫院 25-5155	ライフクリニック 39-2525	柳田病院 22-4862	速水泌尿器科医院 24-8344	たき心療内科 46-9191
29日	児玉小児科 25-5570	坂元医院 22-0360	園田光正内科医院 38-5115	川畑医院 46-3225	いのまた整形外科 36-6272	もいぞの耳鼻咽喉科 36-6036