



9月ほけんだより

こども未来局
保育・子育て推進部

令和8年9月1日
夢見ヶ崎保育園

9月9日は救急の日です。事故やけがはちょっとした心がけで防げることもあります。
この機会にご家庭での安全対策について確認してみましょう。



9月9日は「救急の日」

ご家庭でも、日常生活の中で起こりやすい事故やけがを防ぐため、身の回りの危険な場所がないか確認してみましょう。

溺水・誤飲について

- ・浴室やバケツなど、水回りでの事故（溺水）に気をつける
- ・小さな電池（ボタン電池など）の誤飲に注意する

転倒・転落について

- ・床に物を置きっぱなしにしない
- ・引き出しや扉の開閉に注意する
- ・ベランダや窓付近に踏み台になるものを置かない、窓の鍵にも注意する

交通事故について

- ・道路を歩くときは大人と手をつなぐ
- ・信号や横断歩道の交通ルールを知らせる
- ・飛び出しをしないよう繰り返し伝える



生活リズムを見直しましょう

朝布団の中にいつまでもいたり、食欲がなくて朝ごはんが食べられなかったり……。夏の疲れが出ていませんか。

疲れかなと思ったら、生活リズムが乱れていないか、見直してみましょう。長いお休みの後には夜更かしや朝寝坊、ダラダラ食べなどになりがちです。リセットするには、まず早起きから始めましょう。

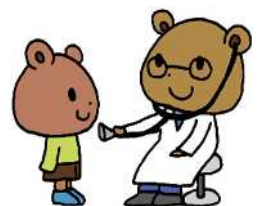
ゆとりをもって早く起きれば食欲も出て、ごはんをしっかりと食べられます。朝ごはんを食べると元気が出て、日中しっかり活動ができるようになります。その結果、眠りは自然に早くなります。朝の光をいっぱい浴びてシャキッと体を目覚めさせましょう。



園医健診

9月17日（木）

0歳児・1歳児



参考資料：こども家庭庁

「こどもを事故から守る！事故防止ハンドブック」

イラスト出典：メイト