



9月のほけんだより



こども未来局
保育・子育て推進部

令和7年9月
津田山保育園

仮園舎での生活にも少しずつ慣れ、子どもたちは元気いっぱいに過ごしています。夏の疲れが出てくるころです。毎日の体調の変化に注意していきましょう。

9月9日は「救急の日」

ーもしも、子どもの意識や呼吸がなかったらー

救急要請してから救急車が到着するまでの時間は、およそ10分といわれています。何もしない時間が長くなるほど救命率は下がり、命が助かっても脳などに深刻なダメージが残ることがあります。「心肺蘇生法」について知っていることで、大切な命を救うことにつながるかもしれません。

- ① **意識を確認する**：両肩(1歳未満の乳児は足の裏)を軽くたたきながら、大きな声で名前を呼ぶ。
 - ② **助けを求める**：救急車(119番)を手配する。
 - ③ **呼吸の確認**：胸とお腹の動きを確認する。→「呼吸なし」または あえぎ呼吸
 - ④ **心臓マッサージ(胸骨圧迫)**：乳児(1歳未満)左右の乳首を結んだ線の、中心よりやや下に中指と薬指2本を当てる。小児(1歳以上)は、胸骨の下半分の位置に、片手のひらのつけ根の部分当てる。ポイントは、**強く**(胸の1/3の深さまで、ひじを曲げずにしっかり圧迫し、しっかり元の胸の高さまで戻す)、**早く**(圧迫する速度は1分間に100～120回のペースで)、**絶え間なく**(救急車が到着するまでできる限り途絶えることなく)。
 - ⑤ **人工呼吸**：30回の胸骨圧迫の後、あご先を上げて気道を確保する。乳児は口と鼻を大人の口で覆うように、小児は鼻を指でつまんで口だけ覆い、1秒かけて2回「ハー・ハー」と息を吹き込む。
- ※④の胸骨圧迫と⑤の人工呼吸を30回：2回で繰り返す。



津田山保育園では、6月のプール・水遊びが始まる前に、全職員が心肺蘇生法と異物除去の実技演習を行いました。

引っ越しに伴うお知らせ

- ・旧園舎と同様に、仮設園舎でも1階の玄関横に掲示板があります。【今月の保健行事】【市内感染症情報】【園内感染症情報】はこちらで確認をしてください。
- ・予防接種メモは、それぞれのクラス掲示板的ところに設置しています。引き続き、予防接種を受けた際はご記入をよろしくお願いいたします。

【保健行事予定】

■9月22日 園医健診■
(0・1・2歳児)



イラスト出典：メイト