

# ほけんがより

1月

あけましておめでとうございます。

年末年始のお休みはいかがでしたか？不規則な生活習慣がついてしまった…というお子さんはいませんか？毎日の冷え込み、体調を崩しやすい季節が続きます。気持ちも新たに、健康管理に留意しましょう。



## 今月の身体測定

ゆり 22日 ・ うめ 16日 ・ もも 18日  
きく 10日 ・ たけ 5日 ・ ふじ 9日

\*今月は四測定です

## やけどに注意しましょう

やけどは動きが活発になる生後6カ月ごろから多くなります。特に赤ちゃんに皮膚は薄いため、低い温度や短い時間でも深いやけどをしやすいのが特徴です。

こんなところでやけどをします！

- ★炊飯器や電気ポット
- ★熱い食べ物・飲み物
- ★アイロン
- ★熱いシャワー
- ★ストーブ・ファンヒーターの吹き出し口



予防ポイントは？

- ★熱い飲み物などの取り扱いには気をつけましょう
- ★ポットや炊飯器を低いところに置かない
- ★アイロンの使用後は別の部屋に片付ける
- ★お風呂では蛇口を触らせない
- ★ストーブなどには囲いをする

1月

## というときの応急手当て

- ・水で冷やす(流水で20分以上冷やしましょう)
- ・顔や頭の場合はぬれタオルで冷やす



こんなときは  
病院へ

- ・500円玉大より大きなやけどをした
- ・顔面や陰部、関節などをやけどした
- ・水ぶくれや肌の変色