保健だより

11月
中海こども園

１１月１５日は七五三です。昔は薬や医療技術が未発達で、７歳までに死亡する子が多くいました。子どもの健やかな成長を願うため行われたのが、七五三の儀式です。３歳の時は男女共に、５歳は男の子のみ、７歳は女の子のみ神社へお参りに行きます。

【食中毒に注意】

全国的に食中毒が発生しています。石川県でもキッチンカーで提供された料理での発症がありました。朝夕涼しくなってきましたが、日中暑い日もあり注意が必要です。



（注意点）

①　調理したものをそのまま置いておく

部屋の中がどんなに涼しくても調理したおかずは菌やウイルスが繁殖します。特にウェルシュ菌は加熱や冷凍しても死滅しません。ウェルシュ菌の発生回数が多いのはカレーです。香辛料で臭いや味が強いため菌が発生してもわかりにくいからです。カレーが余った場合は常温保存せず、冷蔵庫に入れて保管しましょう。



②　生魚、生肉、卵を手で他の食材を触る

生肉、魚、卵を触った手で他の食材を触ると菌、ウイルスがその食材にうつってしまいます。生肉、魚、卵を触った時は必ず手を洗いましょう。特に多いのが卵を触った後に手を洗わないことです。卵の殻にはサルモネラ菌が付着していることあるので、注意が必要です。



③　お肉はしっかり焼いて食べる

秋の行楽シーズンに入り家族でバーベキューを行うことが多いと思います。バーベキューでは肉がしっかり焼けているか必ず確認して子どもに食べさせるようにしましょう。

④　食材を触った箸やトングで食べない

生肉を触ったトングや箸には菌やウイルスが付着しています。絶対に食材を触るものと食べる箸は別にしましょう。

⑤　動物（ペット）や虫を触ったら必ず手洗いをする。

動物や虫には菌やウイルスが付着しています。触った後は必ず手洗いをしてから食事を行いましょう。

＊小さい子どもが食中毒を起こすと重症化するので、食べ物には十分注意しましょう。

《子どもの事故予防》

子どもは、大人が思いもよらない行動を起こすことがあります。その結果様々な「不慮の事故」に巻き込まれてしまいます。大人が家の中の安全を確認し、事故防止を徹底していきましょう。

（家の中でこんなことありませんか？）



①　シングルベッドを２つくっつけて寝ている

ベッドとベッドの隙間に子どもが挟まり身動きできない場合があります。寝返りのできない年齢の子どもの場合は窒息することもあります。



②　ベランダからの転落

ベランダからの転落で多いのが、「室外機や台などに乗って転落する」です。ベランダには「子どもだけで出ない」や「台をおかない」「室外機は柵の近くに取り付けない」などしましょう。



③　コンセントに物を挟まない

全国で子どもがコンセントに針金やピンを入れて出火する事例が複数ありました。コンセントにはコンセントカバーを付け、絶対触らないように工夫しましょう。



④　湯船でおぼれる

大人が頭を洗っている時に湯船で滑っておぼれるや、残し湯をしてある浴槽に転落しおぼれるなどお風呂での事故があります。大人が頭を洗う場合は子どもを先に風呂から出してからにしましょう。風呂の湯を次の日に残す場合は風呂場にカギをかけ子どもが入れないようにしましょう。お風呂の事故は、０歳～３歳までのお子さんが多い事故です。

【冬に起こる事故】

冬に起こる事故で一番多いのはやけどです。ポットのお湯や鍋の汁をかぶるや、ストーブ、ヒーターなどの暖房器具をさわる、電気カーペットや電気式毛布などで低温やけどを起こすなど色々あります。やけどは軽度と思っても皮膚の奥深くまで起こっています。やけどをしたらすぐに冷やして、病院に受診しましょう。

