

# ほけんだより 1月号

令和7年1月4日  
石山くじら保育園

あけましておめでとうございます。新しい1年がスタートしました。今年も1年、健やかに元気いっぱい過ごせますよう環境を整えてまいりたいと思います。休み明けは、子どもたちも疲れやすくなっています。お子さんの様子がいつもと違うなど気になる事がありましたら、登園時にお知らせください。本年もよろしく願いいたします。



## 年始の急病は？

年始は多くの病院が休診となります。お子様の急な発熱やけがに備えて、かかりつけの病院のほか、近くの救急病院の診察時間や診療日の確認をしておきましょう。

## 受診するべき？ 迷った時は…

### 子どもの救急 (ONLINE QQ)

厚生労働省研究班と日本小児科学会の監修によるウェブサイト。生後1か月～6歳対象。気になる症状から受診の要不要を判定。看病のポイント紹介もされています。

### 子どもの医療電話相談 #8000

短縮番号#8000に電話をすると相談窓口につながり、症状に合わせた対処法や受診の必要性、病院についてのアドバイスが受けられます。

### 全国版救急受診アプリ (Q助)

総務省消防庁が開発・提供しているアプリ。画面上で該当する症状を選択すると、緊急度に応じた対応(救急車を呼ぶ、様子を見る等)が表示されます。医療機関や受診検索も行えます。

## ❄️ 冬のあるあるにご注意ください ❄️



つついしがちな夜更かし。「たまにだから」が続くと習慣になってしまいます。



寒い朝は布団から出たくありませんね。一日を充実させるには早起が一番！



おもちには要注意！小さく切っても飲み込みにくく、窒息の危険あり！



ストーブによる火傷、床暖房やカイロ、湯たんぽによる低温火傷。使用時は要注意！



こたつでのうたたねは、風邪を引くばかりか低温火傷のリスクもあります。