



2025. 9月

ほけんだより No.6

犬山市子ども未来園

足に合った靴で遊ぼう

すぐに大きくなる子どもの足。合っていない靴をはいていませんか？
大きめの靴を買いがちですが、歩きにくく、脱げて転んでしまいます。これでは、思いっきり遊べず、怪我の原因にもなってしまいますね。

靴の選び方

- かかとがしっかりしている
- つま先に適度なゆとりがある
- マジックテープやひもで調節ができる
- 靴の底が指の付け根で曲がる
- 通気性があり、洗うことができる
- 自分で脱ぎ履きができる

買う時は、
必ず試し履きを！！

必要な条件をたくさん満たしていても、
足のサイズに合っていなかったり、履き心地が悪いと、足トラブルのもとになってしまいます・・・。

靴を買うなら午後の方がいいって聞いたことがあるけれど、どうして？



足がむくんでくるから買う時は、
夕方の方がよい。とされています。

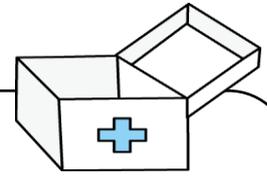


足の形成がされる時期に合わない靴を履くと、
足の発達以外にも、姿勢や運動能力に影響します。



時々、サイズをチェックしましょう。

9月9日は救急の日



救急箱の中身を点検してみましょう

救急箱に何を入れるか？決まりはありません。各ご家庭でよく使用するものを、清潔な入れ物に入れておけば、大丈夫です。

以下のものがあると便利です。

体温計 絆創膏 ハサミ 滅菌ガーゼ・テープ 包帯 毛抜き 常備薬

★滅菌ガーゼや薬は使用期限があります。1年に1回点検しましょう。

応急手当

子どもがケガをしたら、まずは深呼吸。気持ちを落ち着けて！
やさしく話しかけながら、応急手当をしましょう。

園でもよく起こるケガの手当をお知らせします。

頭をぶつけた

- 声をかけ、反応をみる
- 普通に受け答えができれば、ぶつけた所を冷やして、様子を見る
- 48時間は注意して様子を見る

救急車を呼び

- 呼びかけも反応がない
- けいれんしている
- 何回も吐く など



病院を受診

顔色がわるく、元気がないなど
普段と様子が違うとき



擦りむいた

- 手当する人が、手を洗う
- 傷口を流水で洗う
血が出ている時は、しばらく押さえる
- 傷口を絆創膏やガーゼで覆う

(モイストタイプの絆創膏：使用上の注意を守って使いましょう。)

傷口の汚れが取れない
傷の治りが悪いときは、
受診しましょう



鼻血が出た

- 下を向いて小鼻を押さえる



鼻血を飲み込むと気分が悪くなるので
仰向けに寝たり、上は向かない ✕

楽田西子ども未来園では、『病後児保育』を実施しています。
病後児保育とは、専用スペースにて病気の回復期であるお子様を一時的にお預かりする保育です。看護師が在勤していますので、病後児保育・お子様の健康等について相談がありましたらお気軽に楽田西子ども未来園（67-2761）にご連絡ください。