



9月のほけんだより

2026.9.1発行
田園調布学園大学
みらいこども園
(看護師 板橋 裕希子)



9月も気温が高い日が続くと予想されています。午前中の活動がじゅうぶんできるように朝ごはんを食べましょう。8月に川崎、横浜とインフルエンザ流行のお知らせがありました。昨年受けた予防接種の効果は無くなっていますので症状が重くなるケースも多いようです。換気、手洗い、咳エチケット、そして良く寝る。良く食べる。生活リズムを整えて体調管理に気を付けていきましょう。



9月1日は防災の日

1923年に大被害をもたらした関東大震災を教訓とし9月1日が防災の日と制定されました。災害への備えを呼びかける日です。

線状降水帯やゲリラ雷雨による浸水被害のニュースが多く聞かれます。震度5を超える地震も各所でありました。災害はいつどこでおこるかわかりません。

地域のハザードマップや防災アプリを確認し備えておきましょう。ペットと一緒に避難できるのかな。防災グッズはそろっているかな。備蓄品の数や期限なども点検しておきましょう。



9月9日は救急の日

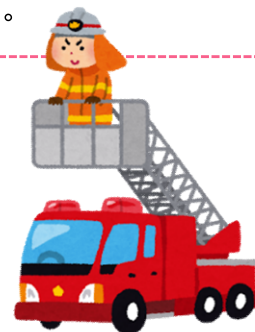
9(きゅう)9(きゅう)の語呂合わせから、この日を救急の日といいます。

こどもは急に症状が悪化したり思わぬケガをすることがあります。訪問診療、オンライン診療や救急病院の受診方法、救急車を要請するときの手順、家族間の連絡方法など再確認してみましょう。

受診や救急要請の判断に迷う時はこどもは#8000、おとなは#7119で医師、看護師に医療相談ができます。日本小児科学会監修のサイト[こどもの救急](#)

[\(ONLINE-QQ\)](#)なども役に立ちます。

救急車は呼べばすぐ到着するわけではありません。全国平均で10分前後かかります。状態によってはスピーカーモードに切り替えて消防指令センターの声を聞きながら応急手当対応します。待つ間のファーストエイドが大事ですので応急手当処置について消防庁などの動画もおすすめです。



健診のお知らせ

9月10(木)13:00頃
2歳児健診

※都合により日程が変更になることがあります。