



ほけんだより

社会福祉法人
伊東つくし会
2022 年 9 月

まだまだ日中は残暑が続いていますね。元気いっぱい夏を過ごした子どもたち。夏の疲れが出やすくなる時期なので、ゆっくりお風呂に入ったり、たっぷり睡眠をとるなどして、体調を崩さないように気をつけて行きましょう。



市内では、なかなか新型コロナウイルス感染者が減らない状況が続いています。感染予防対策として、手洗いはとても効果があります。もう一度手洗いの方法を確認してみましょう。



手洗い

手洗いはかぜや感染症の予防にもつながります。外遊びの後、トイレの後、食事の前にはしっかり手を洗う習慣を付けましょう。

 腕まくりをし、水道水で手を濡らします。	 石けんをしっかり泡立てます。	 手の平を合わせて洗います。	 手の甲を洗います。
 指と指の間を洗います。	 指先、爪の中を洗います。	 手首を洗います。	 石けんを流し、清潔なタオルで拭きます。



9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。

もしもの時に備え、非常食や水などを用意しておきましょう。

家の中にも事故やケガを招く危険な物がたくさんあります。（薬・洗剤・タバコ・コンセント・口に入れそうな細かいおもちゃ・水の貯まった浴槽・など）

点検してみましょう



9月の予定

- ・ 7日 10時 カムカム講座（5歳）
- ・ 15日 10時 はみがき教室（3-4歳）
歯科衛生士さんが来て、歯のお話をしてくれます。
- ・ ブラッシング指導はありません。



8月の感染症

感染性胃腸炎・手足口病