こばと園ニュース

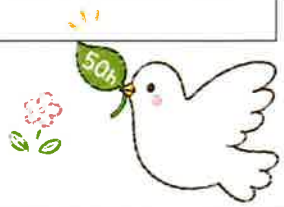
No. 775　2026.9.1

芦屋こばと保育園

９月の予定

７日（月）～	身体測定週間	
10日（木）	おじいちゃんおばあちゃんの日 10:00	参加ご希望の方は 9/4 までにお知らせください
11日（金）	わらべうた　9:45	みき先生が来てくれます
17日（木）☆	誕生会	誕生児のお祝いをみんなでします
24日（木）	避難訓練（暴風雨）	大雨と床上浸水を想定して２階に避難します
29日（火）	音楽あそび＆リトミック（うさぎG）	二宮先生が来てくれます

※11/1（日）10:30～14:30　こばと福祉会 50 周年記念行事を行います。
みんなでこばと保育園の歌を歌いたいと思います。ぜひご予定ください。



園庭のお米になかなか穂が実らず、心配していましたがようやく実ってきました。トマトやナスも思うように実らず、栽培の難しさを感じました。小さい白いお米のお花も咲いてきました。収穫までどのように育っていくか観察してくださいね。

５０周年記念マスコット
「ちいこばちゃん」

８月は、園での夏まつり、地域や帰省先でのお祭りなど楽しい思い出がたくさんできたようですね。プールや海、川での水あそびも楽しみのひとつです。安全に気を付けてまだまだ暑い夏を楽しみましょう。たくさんあそんだあとはしっかりと休息を取りましょうね。

おしらせ

☆ほし組ひよこグループにお友だちが３名入園します。

☆ひよこＧ担任に、ゆかり保育士が入ります。９月入職の石坂保育士もひよこＧ担任になります。

☆健康記録票に予防接種等の追記をお願いします。担任よりお渡しします。

☆9～12 月の間に個人懇談を予定しています。うさぎＧ・ほし組は９月中旬～、くまＧは 12 月、８月以降入園された方は個別にお声掛けします。各グループで日程調整をいたします。

☆９月下旬にルクミーにて写真販売を行います。次回以降は１２月３月を予定しています。３月には６月から販売しているすべての写真を販売します。

☆保育時間厳守のお願い

子どもたちの保育時間に合わせて必要な保育士の人数を配置し、安全な保育ができるようにしています。また職員も勤務時間内で子どもたちに丁寧に向き合えるよう労働環境を大切にしたいと思っています。保育時間をお守りいただくよう、お願いします。

☆お迎え時のお願い

お迎えの際は、まず一日頑張って過ごしたお子さんの元へ行き、「ただいま」「今日もよく頑張ったね」と抱きしめてあげてください。お家の方を見つけたときの子どもたちの喜びと安心はとても大きなものです。その後にお荷物の準備をお願いします。

☆3日分の非常食を備蓄しています

国内、海外を問わず災害が頻発し、規模が大きくなっています。保育園には3日分の食料や備品を備蓄しています。ご家庭でもオムツやミルク、小さい子どもがいるからこそ必要な品があります。備えておき、期限が来そうなら食べる練習、使う練習をしましょう。

	1日目	2日目	3日目
給食	五目ご飯 ツナ、コーン缶 やさしい野菜スープ	やさしいカレーご飯 金時豆 やさしい野菜スープ	コーンピラフ さつまいものレモン煮 やさしい野菜スープ
離乳食	白がゆ やさしい野菜スープ ほほえみ（ミルク）	白がゆ やさしい野菜スープ ほほえみ（ミルク）	白がゆ やさしい野菜スープ ほほえみ（ミルク）
おやつ	ライスクッキー	米粉クッキー みかん缶	ようかん

※食物アレルギー特定原材料等28品目に対応した食事を準備しています。

※他にも、飲料水、液体ミルク、ミルクを温める加熱セットなども備えています。

1日目

2日目

3日目

☆食べ物以外の備蓄品

カセットコンロ、カセットボンベ、おむつやおしりふき、歯磨きシート
ポータブル電源、ランタン、アルミブランケットなども準備しています。

離乳食

先月、ぽっぽ保育園と合同で津波の避難訓練をしました。津波の到達までには時間があると想定されています。焦らずに、安全に避難することを意識しました。約100名の園児と、約30名の職員が集まりました。訓練だから落ち着いて話ができましたが、災害発生時には泣き声やサイレンの音で声が届かないかもしれないなどの課題が見えました。災害はいつ来るか分かりません。できる備えはしておきましょう。

☆第58回　全国保育団体合同研究集会が神戸で開催されました！

毎年、全国持ち回りで開催している研修会が今年は神戸で開催されました。職員は運営側として活躍しました。保護者の方も現地でご参加いただき嬉しかったです。「すべての子どもたちに生きる喜びを」をテーマとして、保育の事、子育ての事、あそびの実践、平和の事など多岐にわたる内容でした

ゆかり保育士がこばと保育園での異年齢保育の実践をお話してきました。また、9/10～10/12までは録画配信がされます。

まだ申し込み可能ですので、気になる方は職員までお声掛けください。

ピアノ：星野・藤木　歌：正井・山本

9月 給食だより

2026年9月
芦屋こばと保育園

９月にはいりますが、まだまだ暑い日が続いています・・・。
給食室には、今日も元気な子どもたちの声が聞こえてきますが、夏の疲れが出やすいのもこの季節です！
日中はまだまだ暑くても、朝晩は涼しくなってきますので、体調を崩さないようしっかり食べて、
元気に秋を迎えましょう！
今月は、3日（木）、25（金）に栄養士が17：15まで在中しますので、お気軽にお声がけくださいね♪

・・・ 薄味でおいしく子どもの味覚を育てよう ・・・

「おいしい」と感じる感覚は、食体験を重ねることで育まれます。子どもの味覚は大人よりもずっと豊かで敏感。今の食体験が、これからの味覚の土台になります。今月は、子どもの味覚の不思議と、適切な塩分でおいしく食べるヒントをお届けします。

★子どもの味覚は、大人より鋭い★
舌の表面にある「味蕾（みらい）」は、味を感じるセンサーです。子どもはこのセンサーが大人よりも多く、味に対してずっと敏感です。今日の食卓での小さな体験が、これからの「おいしい」をつくり、子どもの味覚をゆっくり、着実に育てています。

★味の好き嫌いは生まれつき？★
味覚の基本は5種類――甘味・塩味・酸味・苦味・うま味です。このうち、甘みを好み、苦みを嫌うのは人間の本能です。

- **甘味**＝エネルギー源のサイン → 本能的に「好き」
- **苦味**＝毒のサイン → 本能的に「こわい」
- **酸味**＝腐敗のサイン → 本能的に「危険」

このような理由から、子どもが苦いものを嫌がるのは当然のこと。苦味がある野菜への抵抗感は、身を守るためのサインです。

★ 薄味でもおいしく食べる調理の工夫★

1 だしのうま味を活用する

だしパックや水出しのだしでも、塩分を控える助けになります。うま味が塩味を引き立てるので、自然に塩分を減らせます。

2 酸味・香りで味に変化をつける

レモン・酢・しそ・みょうがの酸味や香りは、少ない塩分でも「おいしい」と感じさせてくれます。仕上げに香りをプラスするだけで大丈夫です。

3 食材本来の甘みを引き出す

蒸す・じっくり加熱することで、かぼちゃやさつまいもの甘みが増します。素材の甘みを活かすことで、調味料を減らしても満足感のある味わいになります。

4 仕上げに「塩」をひとつまみ

調理中より仕上げにひとつまみの塩をかける方が塩味を感じやすく、使う量を自然に減らせます。

お月見

中秋の名月（十五夜）は、1年でも特に美しいとされる旧暦8月15日の月のことです。
お団子のお供えのほか、収穫への感謝と豊作を願いこの時期が旬のさといもをお供えすることもあり、「芋名月」とも呼ばれます。

今年の十五夜は9月25日(金)です。
収穫祈願として旬の野菜や果物をお供えします。
ぶどうなどのつる植物は、月と人との結びつきを強める縁起の良い食べ物だと考えられています。
園では、少し早いですが18日にぶどうを使ったお月見ゼリー、25日当日に「お月見団子」を提供します。

非常食は用意していますか？

9月１日は“防災の日”です。
そして、この日を含む１週間は“防災週間”です。
最近は、急な大雨による浸水被害や河川の氾濫、地震など災害が多くなってきており、日頃からの備えが大切です。非常食の備蓄は３日分または、大規模災害の時は１週間が望ましいとされています。飲料水は１人当たり１日３リットルが目安です。
また、災害時は大人でも緊張した雰囲気の中で過ごします。子どもはなおさらです。食べなれないレトルト食品や飲みなれないミルクは食べづらく飲みづらいものになる可能性もあります。この機会に、非常食をお子様と一緒に食べてみることをお勧めします。
また、普段から自宅でも消費できるような缶詰やインスタント味噌汁などを、補充する→備える→消費することを繰り返しながら常に一定量備蓄する“ローリングストック”もおすすめです。
園では、レトルト食品、ツナ缶、みかん缶、水、お菓子など子どもたちの食べやすい非常食を3日分備蓄しています。詳しくは園ニュースをご覧ください。

9月の給食こんだて

こばと保育園
2026年　9月

日	曜日	献立名	材料	おやつ名	材料
1		ごはん	ごはん	ジャムパン	サンドイッチパン　いちごジャム
		れんこんバーグ	鶏ミンチ　木綿豆腐　玉ねぎ　れんこん　味噌　醤油　片栗粉　ケチャップ		マーマレード
	火	人参の甘煮スティック	人参　砂糖		
15		白菜の中華和え	白菜　きゅうり　コーン　わかめ　ハム　酢　醤油　砂糖　ごま油　ごま	牛乳	
		お味噌汁	木綿豆腐　かぼちゃ　玉ねぎ　しめじ　味噌	フルーツ	
2		ごはん	ごはん	2日：おたのしみクッキー✿	[illegible]
		鮭のチーズ焼き	鮭　チーズ	16日：お菓子	
	水	切干大根の旨煮	切干大根　油揚げ　人参　干椎茸　しらたき　醤油　みりん　砂糖		
16		キャベツのツナサラダ	キャベツ　きゅうり　人参　ツナ缶　コーン　チーズ　醤油　砂糖　マヨネーズ	牛乳	
		野菜スープ	木綿豆腐　小松菜　玉ねぎ　なす　醤油	フルーツ	
		ふりかけごはん	ごはん　鰹ふりかけ	ココア蒸しパン	米粉MIX　水　砂糖　ココア
		鶏肉のマーマレード焼き	鶏もも肉　マーマレード　醤油		
3	木	高野豆腐の含め煮	高野豆腐　人参　干椎茸　しらたき　醤油　砂糖　みりん		
		きゅうりとしらすの酢の物	きゅうり　キャベツ　もやし　わかめ　しらす　酢　砂糖　食塩	牛乳	
		お味噌汁	木綿豆腐　椎茸　ほうれん草　かぼちゃ　味噌	フルーツ	
		ごはん	ごはん	4日：お菓子	
4		さわらのゆかり揚げ	さわら　上新粉　片栗粉　ゆかり　油	18日：お月見ゼリー	粉寒天　砂糖　ぶどうジュース
	金	かぼちゃの煮物	かぼちゃ　砂糖　醤油		みかん缶　みかんジュース
18		ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー　白菜　人参　ちくわ　醤油　砂糖　鰹節	牛乳	
		野菜スープ	木綿豆腐　白菜　玉ねぎ　えのき　醤油	4日　フルーツ　18日　お菓子	
		ツナ炒飯	ごはん　ツナ缶　玉ねぎ　人参　枝豆　油　醤油　食塩	お菓子	
5		さつま芋の甘煮	さつま芋　醤油　砂糖		
	土	マカロニサラダ	マカロニ　キャベツ　人参　きゅうり　ハム　コーン　マヨネーズ　醤油　砂糖		
19		トマト	トマト	牛乳	
		野菜スープ	キャベツ　白菜　人参　油揚げ　醤油	フルーツ	
		ごはん	ごはん	7日：さつまいもケーキ	[illegible]MIX　[illegible]　[illegible]　さつまいも　[illegible]ゴマ
7		鮭の西京焼き	鮭　味噌　みりん	28日　～お彼岸～きなこおはぎ	ごはん　[illegible]　きな粉　砂糖　食塩　こしあん
	月	ひじきの炒り煮	ひじき　しらたき　人参　干椎茸　油揚げ　インゲン　醤油　砂糖　みりん　ごま油		
28		オクラとトマトの和え物	オクラ　白菜　トマト　きゅうり　コーン　砂糖　醤油	牛乳	
		野菜スープ	木綿豆腐　えのき　ほうれん草　さつま芋　醤油	フルーツ	
		さつま芋ごはん	ごはん　さつまいも　食塩　黒ゴマ	お菓子	
8		たまごやき	卵　油　醤油　砂糖		
	火	肉じゃが	豚ミンチ　じゃが芋　玉ねぎ　人参　しらたき　いんげん　油　醤油　砂糖　みりん　酒		
29		チンゲン菜のツナ和え	チンゲン菜　もやし　きゅうり　人参　ツナ缶　醤油　砂糖	牛乳	
		お味噌汁	木綿豆腐　ほうれん草　たまねぎ　椎茸　味噌	フルーツ	
		ごはん	ごはん	人参大根もち	人参　大根　片栗粉　醤油
		さわらの照り焼き	さわら　醤油　砂糖　みりん　酒		砂糖　みりん
9	水	五目豆煮	水煮大豆　人参　れんこん　干椎茸　インゲン　昆布　醤油　砂糖　みりん		
		梨のサラダ	梨　きゅうり　人参　コーン　キャベツ　マヨネーズ　砂糖　醤油	牛乳	
		野菜スープ	木綿豆腐　小松菜　たまねぎ　なす　醤油	フルーツ	
		牛肉とごぼうの炊き込みご飯	ごはん　牛肉　ごぼう　人参　生姜　青ねぎ　醤油　砂糖　みりん　酒	お菓子	
10		大根ときゅうりの甘酢スティック	大根　きゅうり　酢　砂糖　食塩		
	木	トマト✿	トマト		
24		小松菜と厚揚げのナムル	厚揚げ　小松菜　えのき　人参　ちくわ　醤油　砂糖　ごま油　ごま	牛乳	
		お味噌汁	木綿豆腐　かぼちゃ　玉ねぎ　もやし　味噌	フルーツ	
		ごはん	ごはん	11日：マーブルケーキ	米粉MIX　油　砂糖　調製豆乳　ココア
11		さんまの塩焼き	さんま　食塩	25日：お月見団子	白玉粉　上新粉　木綿豆腐　さつま芋
	金	金時豆煮	金時豆　砂糖		砂糖　きな粉　食塩
25		白菜の海苔和え	白菜　人参　もやし　しめじ　コーン　醤油　砂糖　焼き海苔	牛乳	
		野菜スープ	木綿豆腐　小松菜　ごぼう　椎茸　醤油	フルーツ	
		ナポリタンスパゲティ	スパゲティ　ウインナー　人参　玉ねぎ　ピーマン　しめじ　ケチャップ　コンソメ　砂糖	お菓子	
12			醤油　油		
	土	ジャーマンポテト	じゃが芋　ウインナー　玉ねぎ　人参　コンソメ　醤油　油		
26		トマト	トマト		
		大根ときゅうりのサラダ	大根　きゅうり　人参　コーン　ツナ缶　マヨネーズ　砂糖　醤油	牛乳	
		おすまし	油揚げ　人参　大根　青ネギ　醤油	フルーツ	
		味噌煮込みうどん✿	うどん　木綿豆腐　鶏もも肉　大根　人参　小松菜　椎茸　白ネギ　油揚げ　味噌	14日　へんしんおにぎり！	米　焼きのり　ウインナー　人参
14	月	さつまいもの天ぷら☆	さつま芋　片栗粉　上新粉　油	30日　ツナマヨおにぎり	米　ツナ水煮缶　マヨネーズ　焼のり
		オクラのゆかり和え	オクラ　白菜　きゅうり　人参　コーン　砂糖　醤油　ゆかり		
30	水	トマト✿	トマト	牛乳	
				フルーツ	

今月のフルーツは、梨、ぶどう、りんご、柿です。

～行事食～

日		献立名	材料	おやつ名	材料
	お	カレーピラフ	米　たまねぎ　人参　ウインナー　ケチャップ　油　醤油　カレー粉	ココア蒸しパン	米粉MIX　水　砂糖　ココア
17	誕	鶏肉のレモン焼き	鶏もも肉　レモン　食塩		
	生	さつまいもサラダ	さつまいも　にんじん　きゅうり　コーン　マヨネーズ　砂糖　醤油		
木	日	トマト✿	トマト	牛乳	
	会	野菜スープ	木綿豆腐　白菜　たまねぎ　えのきだけ　醤油	フルーツ	

※都合により献立、材料を変更することがあります。
毎日鰹・昆布・いりこだしを使っています。
☆マークは、カミカミメニューです。
✿マークは、リクエストメニューです。

＊小麦アレルギー食について＊

パンの日→ごはん(おにぎり)　／　米粉のパンケーキ
うどんの日→ごはん＋うどん無しの汁　で対応しています。

※普通食になった時点で食材摂取の聞き取りは終了しておりますが、献立表を見ていただき
未摂取の食材については必ず2回以上食べておいてください。

離乳食献立

こばと保育園
2026年　9月

※この献立は後期食を目安にしています。それぞれの子どもの成長段階に合わせて調節します。
※段階に合わせ、人参と大根の煮野菜スティックが付きます。※食材は、ご家庭で食べたことのあるもののみ、使用します
※はちみつと黒砂糖は使用禁止（乳児ボツリヌス菌予防のため）としています。※おやつの提供は後期食からになります。
※後期食スープのだし汁は（）の中の食材からとっています。初期・中期食はかつおだしのスープになります。食材の進み具合により調節します。
※（）の中の食材は後期食でのみ使用します。

日	曜日	献立名	材料	おやつ名	材料
1	火	白がゆ	ごはん	かぼちゃと豆腐のおやき	かぼちゃ　絹ごし豆腐　片栗粉
		鶏ミンチの野菜あんかけ	鶏ミンチ　きゅうり　だし汁　片栗粉（醤油）		
		じゃが芋の煮もの	じゃが芋　だし汁		
15		野菜煮	大根　人参　だし汁		
		野菜スープ	しめじ　だし汁　（木綿豆腐　かぼちゃ　玉ねぎ　しめじ　味噌）	フルーツ	
2	水	白がゆ	ごはん	2日：大根スティック	大根　だし汁
		鮭の野菜あんかけ	鮭　キャベツ　だし汁　片栗粉（ケチャップ）	１６日：お菓子	
		さつま芋の煮物	さつま芋　だし汁		
16		野菜煮	大根　人参　だし汁		
		野菜スープ	たまねぎ　だし汁（木綿豆腐　小松菜　玉ねぎ　なす　醤油）	フルーツ	
3	木	白がゆ	ごはん	蒸しパン	米粉　水　オリーブ油
		鶏ミンチの野菜あんかけ	鶏ミンチ　ほうれんそう　だし汁　片栗粉（醤油）		
		かぼちゃの煮物	かぼちゃ　だし汁		
		野菜煮	大根　人参　だし汁		
		野菜スープ	キャベツ　だし汁（木綿豆腐　椎茸　ほうれん草　かぼちゃ　味噌）	フルーツ	
4	金	白がゆ	ごはん	４日：お菓子	
		豆腐の野菜あんかけ	木綿豆腐　ブロッコリー　だし汁　片栗粉（醤油）	18日：人参の煮物	人参　だし汁
		かぼちゃの煮物	じゃが芋　だし汁		
18		野菜煮	大根　人参　だし汁		
		野菜スープ	白菜　だし汁（木綿豆腐　白菜　玉ねぎ　えのき　醤油）	フルーツ	
5	土	白がゆ	ごはん	お菓子	
		たまねぎの含め煮	たまねぎ　だし汁　片栗粉		
		さつま芋の煮物	さつま芋　だし汁		
19		野菜煮	大根　人参　だし汁		
		野菜スープ	きゅうり　だし汁	フルーツ	
7	月	白がゆ	ごはん	じゃが芋の煮物	じゃが芋　だし汁
		鮭の野菜あんかけ	鮭　トマト　だし汁　片栗粉（ケチャップ）		
		さつま芋の煮もの	さつま芋　だし汁		
28		野菜煮	大根　人参　だし汁		
		野菜スープ	白菜　だし汁（木綿豆腐　えのき　ほうれん草　さつま芋　醤油）	フルーツ	
8	火	白がゆ	ごはん	お菓子	
		豚ミンチの野菜あんかけ	豚ミンチ　ほうれんそう　だし汁　片栗粉（醤油）		
		じゃが芋の煮物	じゃが芋　だし汁		
29		野菜煮	大根　人参　だし汁		
		野菜スープ	チンゲン菜　だし汁（木綿豆腐　ほうれん草　たまねぎ　椎茸　味噌）	フルーツ	
9	水	白がゆ	ごはん	人参スティック	人参　だし汁
		白身魚の野菜あんかけ	白身魚　きゅうり　だし汁　片栗粉（ケチャップ）		
		かぼちゃの含め煮	かぼちゃ　だし汁		
		野菜煮	大根　人参　だし汁		
		野菜スープ	小松菜　だし汁（木綿豆腐　小松菜　たまねぎ　なす　醤油）	フルーツ	
10	木	白がゆ	ごはん	お菓子	
		豆腐の野菜あんかけ	木綿豆腐　小松菜　だし汁　片栗粉（醤油）		
		かぼちゃの煮物	かぼちゃ　だし汁		
24		野菜煮	大根　人参　だし汁		
		野菜スープ	たまねぎ　だし汁（木綿豆腐　かぼちゃ　玉ねぎ　もやし　味噌）	フルーツ	
11	金	白がゆ	ごはん	大根の煮物	大根　だし汁
		白身魚の野菜あんかけ	白身魚　白菜　だし汁　片栗粉（ケチャップ）		
		さつま芋の煮物	さつま芋　だし汁		
25		野菜煮	大根　人参　だし汁		
		野菜スープ	しめじ　だし汁　（木綿豆腐　小松菜　ごぼう　麩　醤油）	フルーツ	
12	土	白がゆ	ごはん	お菓子	
		たまねぎの含め煮	たまねぎ　だし汁　片栗粉		
		じゃが芋の煮物	じゃが芋　だし汁		
26		野菜煮	大根　人参　だし汁		
		野菜スープ	きゅうり　だし汁	フルーツ	
14	月	白がゆ	ごはん	さつま芋の豆乳煮	さつま芋　豆乳
		豆腐の野菜あんかけ	木綿豆腐　白菜　だし汁　片栗粉（醤油）		
		さつま芋の煮物	さつま芋　だし汁		
30	水	野菜煮	大根　人参　だし汁		
		野菜スープ	小松菜　だし汁	フルーツ	

今月のフルーツは、りんごです。

～行事食～

17	お誕生日会	白がゆ	ごはん	蒸しパン	米粉　水　オリーブ油
		鶏ミンチの野菜あんかけ	鶏ミンチ　たまねぎ　だし汁　片栗粉（ケチャップ）		
		さつま芋の煮物	さつま芋　だし汁		
木		野菜煮	大根　人参　だし汁		
		スープ	きゅうり　だし汁（木綿豆腐　白菜　たまねぎ　えのきだけ　醤油）	フルーツ	

※都合により献立、材料を変更することがあります。

９月に入ってもまだまだ暑い日が続きます。汗拭きや水分補給をしっかりして、元気に過ごせるようにしましょう。

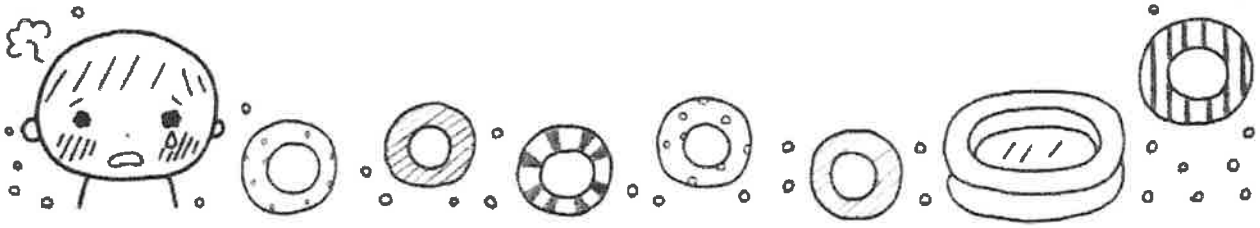
プール熱（咽頭結膜熱）

＊原因
アデノウイルスによる感染症で、夏かぜのひとつです。プールの水を介して感染することがあるため「プール熱」と呼ばれます。潜伏期間は４～５日間。

＊症状
高熱とのどの痛みがあります。充血、涙目、目やになど結膜炎のような症状や、下痢、嘔吐、頭痛を伴うこともあります。

＊対応
熱や痛み、目の症状を抑える薬が処方されます。症状がなくなってから２日経過するまで登園停止です。

登園には、「登園届」（医師記入）が必要です。ホームページからダウンロードできます。園にも用意しています。



アタマジラミ

近年、年間を通して発生するケースが増えています。（特に大型連休明け）

＊原因
アタマジラミが人の頭髪に寄生し、吸血してかゆみを引き起こします。ほかの人と髪の毛が触れ合うことで感染が広がります。**（例：スイミング、温泉施設等のロッカー）**

＊症状
頭皮を激しくかゆがるため、気づくことが多いようです。卵は長さ 0.5mm ほどの白色で、髪の毛にしっかりとくっついているため通常の洗髪ではなかなか取れません。

＊対応
アタマジラミ専用のシャンプーを使用し、目の細かいクシですき取るか、卵のついている髪の毛を切り取るなどして卵を取り除きます。ブラシの共有はやめましょう。

＊登園目安
受診し、駆除が開始されていることです。

連休明け、ご家庭でも注意して頂ければと思います。

先月の園の様子・・・感染性胃腸炎１名、手足口病1名、蕁麻疹が出た子が4名いました。暑さで疲れやすくなっていると思います。大人も子ども無理せずお過ごしください。

救急の日

9月9日を「救急の日」といいます。

過ごしやすい気候になり、子どもたちの動きが活発になってけがが多くなる時期です。

すりきずは流水で汚れを落としてばんそうこうをはる、

鼻血が出たら鼻の下のほう（小鼻）を押さえる、やけどは流水で冷やすなど、けがの基本的な対処方法を知っておくといいですね。おうちにある

救急セットも、忘れずに見直してください。

＊こどもの救急（ONLINE-QQ）＊

日本小児科学会監修「**こどもの救急**」（http://kodomo-qq.jp/）
子どもの症状別に具体的な項目をチェックすることで
休日や夜間など診療時間外に病院を受診するかどうか？
判断の目安を確認することができます。
【例】「お家で様子をみましょう」
「自家用車・タクシーで病院に行く」
「救急車で病院に行く」　など、３種類の判断の目安や看病のポイントが表示されます。

対象年齢：生後１か月～6歳

乳幼児のための非常用持ち出し袋

乳幼児がいる家庭では、次のような物が非常時には必ず必要になります。最低３日分は用意しておきましょう。

○紙おむつ　○着替え　○常備薬　○体温計
○履き替えの靴　○おやつ　○毛布
○赤ちゃんがいるならミルクと哺乳瓶など。

その他、かさばらない玩具や折り紙など、子どもが好きな遊び道具を入れておくと、避難所で役に立ちます。