



中妻子供の家保育園

2020/09/01 発行



日中は、まだ暑い日が続きますね。でも、朝夕がほんのり涼しく感じたり、耳を澄ますと虫の声が聞こえたりしませんか？秋が近づいている証拠ですね。季節の変わり目は、疲れやすい時でもあります。生活リズムを整えて元気に過ごしましょう。

### ● ルールの向こうがわには…

このところ、新型コロナウイルスがきっかけで「ルール」が増えましたね。「マスクをしましょう」「人と人の距離をあげましょう」など。きゅうくつだな、しんどいな、と思うこともありますよね。では、ルールはなんのためにあるのでしょうか？

もし、みんなが自分のことだけを考えて自由に暮らしたら…。きっといろんなトラブルが起こってしまうでしょう。感染を防ぐためのルールは、自分だけでなく家族や友だちなどお互いを守るために必要なのです。

ルールを守るのはしんどいなと思うことがあるかもしれません。でも、ルールの向こうがわには、みんなを守るための工夫がたくさん詰まっているのです。



### 困ったときの強い味方「#8000」

急な発熱でぐったりして心配…  
頭をぶつけたけど、病院でみてもらったほうがいい？

お子さんの急病やケガのことで困ったとき、頼りになるのが「小児救急電話相談」。

（実施時間は自治体によって違うので、事前にホームページなどで確認を。）

#### 簡単！#8000の使い方

- #8000をダイヤル
- 相談窓口につながります
- お子さんの症状を話してください
- 医師・看護師がアドバイスしてくれます

お住まいの都道府県の  
対応の仕方、受診する病院など

ホッ

### マイコプラズマ感染症について

マイコプラズマ菌の感染による、咳を主症状とした急性呼吸器感染症です。代表的なものとして気管支炎、肺炎などがあげられます。2～3週間の潜伏期間の後に発熱、咳などの風邪の様な症状から始まります。稀に発疹を伴う場合もあります。

頑固な咳が続く時には、肺炎の可能性が疑われますが、有効な抗菌薬の使用により、症状の持続期間が短縮されることもあります。

### 災害は「今」「あく」かもしれない



1995年1月 阪神・淡路大震災 ▶ 午前5時46分

2011年3月 東日本大震災 ▶ 午後2時46分

2016年4月 熊本地震 ▶ 午後9時26分

2018年9月 北海道胆振東部地震 ▶ 午前3時07分

朝まだ夢の中にいるころ、お昼ごはんを食べて少し眠いときに、夜お風呂に入っているとき…

どこで何をしているときに、災害が起こるかはわかりません。

予測できないからこそ、日ごろからの備えが大切なのです。

もしも、今、災害が起きたら？  
大切ないのち、守れますか？

