

ほけんだより

令和 8 年度 9 月号

今年の夏も暑かったですね。しかしプール水遊びは行えたようです。
9月になってもまだ残暑が続くと思われます。減れが出る頃
だと思ひますので、引き続き休養はしっかりとしましょう。

園の健康状況

コロナウイルス感染症が市内でも多くみられていますので、今後もお気を
つた下さい。RSウイルス感染症も増加傾向のようです。咳や発熱など
の症状出現時は受診をおすすめします。

9/9は求急の日です。
～事故に気をつけましょう～

誤食 - タバコ、ボタン電池、医薬品

洗剤などは子どもの手の届か
ないところに置きましょう。

誤えん - ミニトマト、ぶどうなど丸く
つるつるした食品は小さく切る
/食べさせましょう。

めめ、ぐみなどは座って食べましょう。

窒息 - フード、ひもがついていない

洋服がよいでしょう。シール、ポリ

袋などがのどに詰まった窒息

することがあるのど手の届かない
ところへ。

転倒、転落 - 3歳までだけベランダ

に出来ないように、手の届かない

場所にかざさつきましょう。

ベランダの踏み台も注意。

溺水 - 浴室も気をつかけましょう。

行事予定

9/4(金) 0歳児身体測定

9/9(水) 0歳健診

9/17(木) 全クラス身体測定

ほけんニュース

体の中を流れる 血液

血液は、わたしたちの体のすみすみまで流れながら、生命を維持するための、さまざまな
働きをしています。血液の成分や、どのような働きをしているのかを見てみましょう。

血液の成分と働き

血液は、液体成分(血しょう)が約55%、
細胞成分(赤血球など)が約45%です。わ
たしたちの体を流れている血液の量は、体重
の約7～8%になります。赤血球などの細胞
成分には、それぞれ寿命があり、いつも新鮮
な血液が流れています。

血しょう
約55%

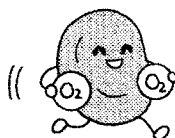
赤血球
約44%

白血球
血小板
約1%

赤血球



酸素や二酸化炭素を運ぶ

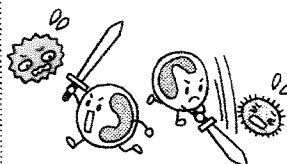


全身の細胞に酸素を運びま
す。酸素を届け終わると二酸
化炭素と結びついて、肺に送
られます。

白血球



さまざまな異物と戦う

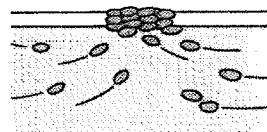


体内に侵入したウイルスや
病原菌などのさまざまな異物
と戦い、感染症などを防ぐ働
きをしています。

血小板



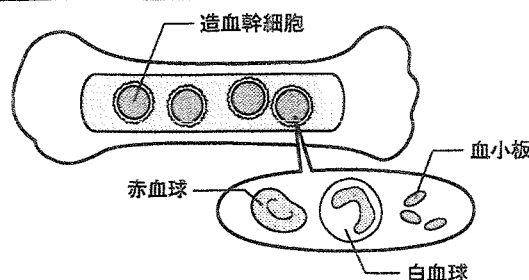
出血を止める



けがをして血管が傷つくと
傷口に集まり、止血するなど、
血管のメンテナンスの働きを
しています。

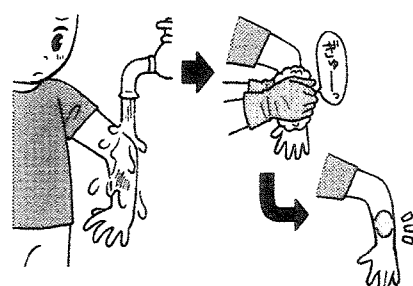
血液はどこでつくられているの

赤血球、白血球、血小板などは、
骨の中心部にある骨髓に蓄えられ
ている造血幹細胞からつくられて
います。同じ細胞が変化してでき
ていますが、それぞれの役割は異
なります。



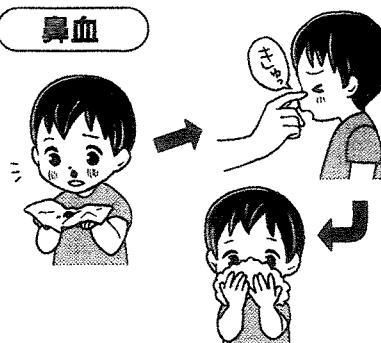
血が出た時の日常的な応急手当

すり傷・切り傷



傷口を流水で洗い、清潔なガーゼなどで水
気を拭き取ります。出血がある時は、清潔な
ガーゼなどを厚めに折りたたんで傷口に当て、
手や指で約5分間強く押さえて止血します
(ビニールの手袋などを使用して、血液に触
れないようにします)。その後、ばんそうこ
うなどで傷を保護します。

鼻血



出血の程度を確認します。座らせて、軽く
下を向けさせます。小鼻をつまみ、3分以上、
強く圧迫します(この時に口をあけて呼吸さ
せません)。その後、安静にして、ぬらしたタ
オルなどで冷やします。

頭を打った後の鼻血は、脳などへの影響が
心配されるので、病院を受診しましょう。

#8000

夜間や休日 子どもの症状に困ったら

夜間や休日、子どもの体調が悪くなった時に、どう対処
したらよいのか、病院へ行った方がよいのか悩む場合が
あると思います。そんな時には「#8000」に電話をかけ
ると、医師、看護師からアドバイスを受けられます。

監修 順天堂大学 医学部 名誉教授 坂井雄雄先生