

9月のほけんだより

令和4年度
社会福祉法人大谷会



少し涼しくなる秋への変わり目、9月10日ごろを「草露白（くさのつゆしろし）」と言います。昼と夜の気温差が大きいと、草の上においた露が白く見えることが由来です。「朝露がおりると晴れる」といいますよね。晴れの日、まだまだ暑いですね。服装で上手に調節しましょう。



水筒の汚れ！

黒カビ・赤カビはアレルギー疾患を
引き起こす原因になりますよ！



わたしたちの健康
のために、正しい方
法で水筒を洗浄し
て清潔を保ってね
(^_^)-☆



水筒を洗うコツ

1. ステンレスでもプラスチックでもしっかりと洗い、しっかりと乾燥させる。
2. ストローは専用ブラシで中までしっかりと洗う。
3. パッキンなどを全て取り外し、柔らかいスポンジで丁寧に洗う。

さらに・・・週1回は！
酢水（30～50℃のぬるま湯10に対し、酢1）or 酸素系漂白剤or
ミルトンに漬けおきにする。

カビの除去ができなければ、パッキンの取り換え

やってはいけない！

- * 熱湯消毒（変形）
- * クレンザー・塩素系漂白剤使用
- * 金属たわしで洗う（傷がつく）



どうしように役立てて



年齢が上がるにつれ、できることが増えていく子どもたち。同時に、思わぬケガや事故も増えていきます。あわてず対処できるように、覚えておいてくださいね。

切り傷・すり傷

傷口を洗い、清潔なタオルなどでおさえます。傷口が大きい場合や出血がおさまらないときは病院へ。

誤飲

何をどれくらい飲んだか、どんな状態かを確認します。大量の薬を飲んだ、意識がない、けいれんや嘔吐をしている場合は、受診を。

やけど

水道水で10分以上冷やします。やけどの範囲が広い、水ぶくれができて、皮膚が黒または白くなっている場合は病院へ。



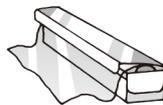
9月1日は防災の日
災害時の節水に大活躍！?

キッチンラップ

地 震などの災害が起こると、家庭で水道水が使えなくなることがあります。

備蓄している水は、できる限り飲料用にとっておきたいもの。でも、飲む以外にも、水が必要な機会はたくさんあります。

そんなときに活躍するのが「キッチンラップ」。アイデア次第で節水できる、便利アイテムなのです。



災害時の使い方

- ◎ 食器に敷いて食事をする
➡ 食器を洗わなくてよい
- ◎ 手に巻きつけて手袋代わりにする
➡ 手が汚れないので、手を洗わなくてよい

防災グッズの中にキッチンラップも入れておくと、いざというときに役立つかもしれません。

