



# 保健だより 5月号



令和6年度  
吉川つばさ保育園  
5月号

新学期が始まって1ヶ月が経ち、子どもたちは新しい環境にも少しずつ慣れてきたようで、毎日元気いっぱい過ごしています。一方で、疲れが出てきて体調を崩す子、咳や鼻水が出ている子も増え、4月の中旬には発熱でお休みする子が増えました。5月は1日の気温差が大きく、体調を崩しやすい時期でもあるので、睡眠時間を十分にとりお休みの日は家族でゆっくり過ごし心身のリフレッシュが出来るようにしましょう。また、朝ごはんを食べると体が目覚め、その日の1日を元気に過ごすことができます。朝ごはんをよく噛んでしっかり食べるように促しましょう。

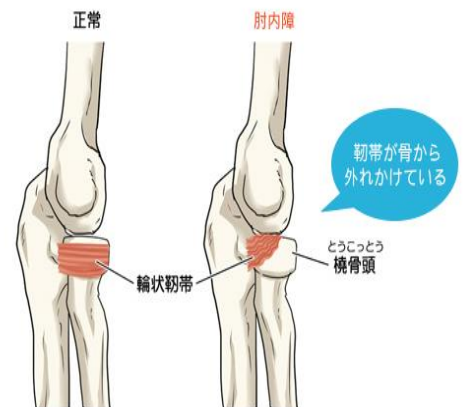
保健調査票の提出にご協力いただきありがとうございました。保険証と受給者証の未提出の方は早めに提出してもらえようご協力よろしくお願いします。



## 子どもに多い脱臼【肘内障】

肘内障とはいわゆる“腕が抜ける”“肘が抜ける”という状態を指し、手を引っ張られた時などに肘の靭帯から橈骨頭という外側の骨が外れかかり、腕がうまく動かさなくなってしまうことをいいます。肘関節の亜脱臼ともいいます。とくに骨が未発達の子に多くみられ、7歳以上になるとほとんどみられなくなります。また、左側の肘に多いことも特徴です。

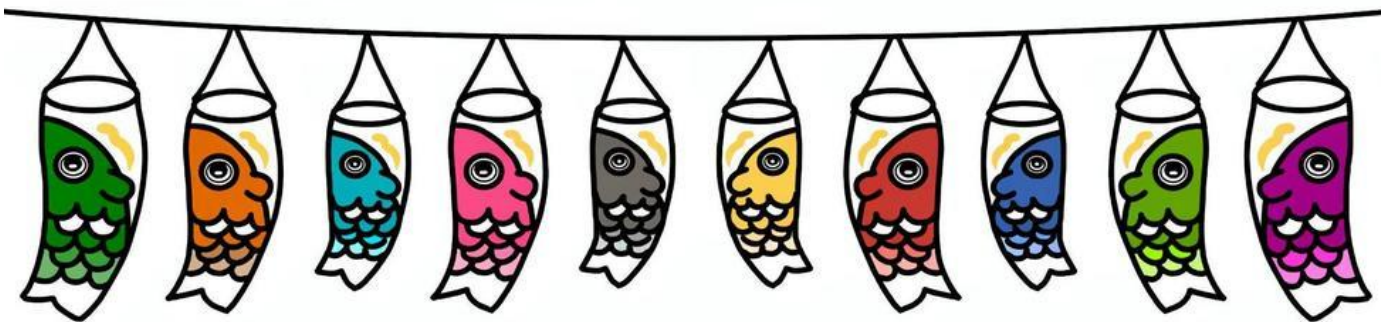
**原因** 肘内障の主な原因は、子どもが手を強く引かれたり、ひねったり、不自然な形で手をついてしまったりすることです。具体的に“保護者や家族などが子どもの手を引っ張った”といった明確な原因がある場合もあれば、原因がよく分からず気が付いたらなっていた場合もあります。



**症状** 肘内障が生じると、腕が内側を向いた状態で下に垂れてしまいます。肘を完全に伸ばすことができず、やや曲がった状態になっていることが一般的です。また、肘を動かそうとすると痛みが生じることが多く、発症した子どもは痛がって腕を動かさないことが特徴です。

**治療** 肘内障は自然に元に戻ることもまれにありますが、多くは治療が必要となります。具体的な治療方法として、肘の骨の位置を正しい位置に戻す“整復”が挙げられます。整復は基本的に麻酔が不要で、病院ですぐに行うことができます。骨の位置を正しく戻すことができれば痛みもなくなり、これまでどおり腕を使うことができます。泣いていた子どもも泣き止むことがほとんどです。





4月2日に吉川消防の方に来園してもらい、全職員でAED研修を受けました。TVやニュースでうずらの卵を詰ませた小学生の話や、過去にも他県の保育園でりんごを詰ませた事例もありました。あつてはならないことですが、何かあったときにすぐに対応出来るように日頃からの訓練は大切です。窒息状態になると、たった数分で呼吸が止まり、心停止してしまう可能性があります。直ちに119番、救急車が到着する前に一時救命が必要になります。焦らずに対応出来るように知っておきましょう。

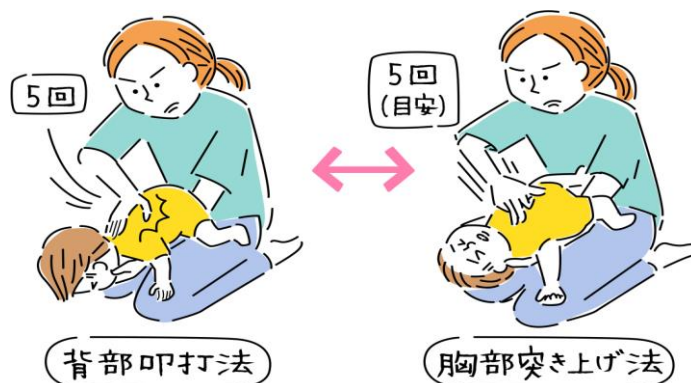


#### \* 異物除去の方法

- ・簡単に指で取り除けるようなら取り除きます。この時、口の奥まで無理に指を入れ込んではいけません。
- ・指で取り除けない場合は、胸の中の圧を高めて異物を押し出します。(赤ちゃん、乳児、幼児)の体格に合わせた異物除去法を紹介します。

#### 背部叩打法

1歳未満の乳児では、まず救護者が膝を曲げ(もしくは椅子に座り)、太ももの上に子どもをうつ伏せに抱きあげます。この体勢で、子どもの背中中の肩甲骨の間あたりを手のひらで5~6回強く叩き、詰まった食品を吐き出させます。



#### ハイムリツヒ法

#### 胸部突き上げ法

それでも窒息が解除できない場合や意識がない場合には、子どもを仰向けに寝かせ、心肺蘇生と同じように、左右の乳頭を結んだ線の中央で少し足側を、指2本で押します。

#### ハイムリツヒ法

1歳以上の子どもに対しては、子どもの背中側から救護者の両手を回し、みぞおちの前で両手を組んで、勢い良く両手を絞ってぎゅっと押すことで、詰まった食品を吐き出させます。



\*乳児では胸部突き上げ法と背部叩打法、1歳以上では腹部突き上げ法(ハイムリツヒ法)・背部叩打法を組み合わせ、それぞれ5~6回を1サイクルとして繰り返します。窒息を解除することができず児の反応がなくなったら、直ちに心肺蘇生を開始し、救急隊が到着するまで続けます。

周りの人に応援を頼むことも忘れてはいけません。