



まだまだ暑さが続き、そのまま9月へとなりそうですが、空を見ると「いわし雲」や「さば雲」、「ひつじ雲」など、「秋の雲」が現れ始めています。これらの「秋の雲」は、低気圧や前線が近づいているときに現れやすいため、2～3日のうちに雨が降りやすいと言われています。逆に、夕日がきれいな場合、翌日は晴れることが多いというのは有名ですね。お子さんと一緒に空を見上げて、天気を予想してみるのもおもしろそうですね。



あなたの水筒は大丈夫？ 熱中症対策で食中毒に?!



夏の暑い季節、水分補給は熱中症対策としてとても大切です。その際、多くの人がステンレス製の水筒を使用しているのではないのでしょうか。しかし、その水筒が原因で食中毒になる危険性があることを知っていましたか？

水分補給の一つとして、スポーツ飲料を飲まれる方もいると思います。現在、さびや傷がある水筒でスポーツ飲料などの酸性の飲み物を長時間保存すると金属が液体に溶け出し、口にした人が食中毒になる恐れがあるとして、厚生労働省などが注意を呼び掛けています。水分をとる機会が増える盛夏期、水筒内の状態を慎重に確認することが重要です。

東京都では内部が破損した水筒にスポーツ飲料を入れ、約6時間半後に口にした6人が頭痛やめまいを発症した事例があるそうです。

アルミニウムや銅、鉄など金属製の水筒は通常、内側がコーティングされていますが、さびていたり、傷がついていたりすると金属が酸性の飲み物に溶け出す危険性があります。特に銅は多量に摂取すると体調不良を起こす可能性があります。スポーツ飲料の他、乳酸菌飲料、ビタミンCやクエン酸を多く含んだ果汁飲料も酸性飲料に該当します。



ココに気を付けて！

水筒を落としたり、ぶつかったりした場合は、外側は異常がないように見えても内部が破損していることもあるため、よく調べる必要があります。また、定期的に新品に交換することも大切です。

9月1日は「防災の日」です。地震や台風など自然災害の多い日本では、一年中「いざというとき」について意識しておきたいものです。

水(一人1日3L×3日分が目安)や食べ物、着替え、ラジオ、軍手、電池など、いざという時の持ち出しグッズを準備していますか？ 小さな子どもやお年寄りがいる場合、ペットを飼っている場合など、おうちの事情に応じて、必要なグッズをストックしておくとうれしいです。



そして、9月9日は「救急の日」です。みなさんは自分たちでできる応急手当の仕方を知っていますか。以下に応急手当の基本を示しています。参考にしてみてください。

応急手当の仕方

すりきず 水道の水で洗い流す



やけどは流水でひやす



はな血 すわって、小鼻をつまむ



つき指 動かさないで冷やす



打撲や捻挫は
すぐに冷やそう



足のつり 少しずつのばす



お知らせ

■身体計測週間

すもも・かいん・れもん→7日(月)~11日(金)

いちご・あんず・きうい→14日(月)~18日(金)

■健康診断→29日(火)

■1歳6か月児健康診査対象児

令和6年11月生まれ

■3歳5か月児健康診査対象児

令和5年1月生まれ

■5歳児健康診査アンケート送付対象児

令和4年2月生まれ

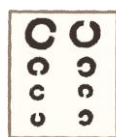
***忘れずに受診しましょう**

■視力検査

れもん→24日(木)

かいん→25日(金)

すもも→28日(月)



まだまだ暑いから...

しっかり水分補給を

視力検査について

どのくらい見えているかを調べます。検査結果は検査後に紙面でお知らせします。受診の必要がある場合には早めに受診しましょう。