

すくすく つうしん



第34号 2023.1

あけましておめでとうございます

1月に入って少しずつ日が出てきている時間は長くなってきているものの、引き続き、寒さと乾燥が辛い時期ですね。

この時期は、暖房や加湿器などを使いながらお家で過ごす時間も多くなっているのではないのでしょうか。そこで、今回は冬に多い子どもの事故、「やけど」についてご紹介します。普段、安心して過ごしているお家の中にも、小さなお子さんにとっては危険が潜んでいることもあるため、お家の中の環境チェックにお役立ていただけたらと思います。

そして、もう一つは、すくすく訪問の際に保護者の皆さんから多くのご質問をいただいた「手づかみ食べ」についてです。

お子さんの成長に併せて参考にしてみてください。

現在すくすく訪問は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため電話での相談等が中心となっています。心配なこと、困っていることがありましたらお気軽にご相談ください。対面訪問をご希望される方は、お電話の際に地域担当保育士にお伝えください。

すくすく訪問の電話は、生後10か月前後のお子さんを中心に、地域担当保育士から電話にて、ご連絡を入れさせていただいております。それ以外の就学前の年齢の方も、お気軽にご相談ください。

★ 地域担当保育士 ★

地域担当保育士は、東村山市を5つのエリア（町名）に分け、それぞれのエリアの公立保育園にあります。



★中部エリア…本町・久米川町恩多町

042-395-8955（第一保育園）

★東部エリア…秋津町・青葉町

042-394-1452（第五保育園）

★西部エリア…美住町・富士見町

042-394-1211（第四保育園）

★南部エリア…栄町・萩山町

042-394-6267（第七保育園）

★北部エリア…多摩湖町・廻田町諏訪町・野口町

042-394-5800（第三保育園）

地域担当保育士に繋がらない場合は、地域子育て課までご連絡ください。

のちほど、各エリア担当保育士から折り返しご連絡させていただきます。

★東村山市地域子育て課

042-393-5111（内3608）

☆室内で安全に過ごすために☆

寒くなり、暖房器具、加湿器等を使用しているご家庭も多いと思います。今回は、冬場に多い事故、やけどについて注意するポイント、やけどをしてしまった時の対応についてご紹介します。

★暖房器具でのやけど

床に置くタイプの暖房器具は、安全柵などで囲みお子さんの手が届かないようにして、触らせないようにしましょう。

★加湿器でのやけど

加湿器から出る蒸気に触れたり、加湿器を倒して熱湯がかかってやけどをすることがあります。加湿器は転倒しても熱湯がこぼれない製品や加温式のものではないもの選んだり、使用時はベビーゲート等を利用して近づかないようにするといいですね。

★ホットカーペット・湯たんぼでの低温やけど

長時間皮膚が、ホットカーペットや湯たんぼなどの同じ場所に触れていると、低温やけどをすることがあります。長時間触れないようにホットカーペットには直に寝かせたり、座ったりせずに、マットを敷いたり、湯たんぼはタオルを巻くなどして直接皮膚に当たらないようにしてみてください。

★熱い飲み物や汁物でのやけど

お子さんの手が届かないように、テーブルの中央に置いたり、お子さんを抱っこしている際には、熱い飲み物や汁物を扱わないようにしましょう。

★電気ケトル、ポットでのやけど

電気ケトル、ポットは倒れても中身がこぼれない製品を選んだり、電気ケトルのコードに引っかかり、倒れて熱湯を浴びたりすることもありますので、コードも含めてお子さんの手の届かない場所、高さ1m以上のところに設置すると安心ですね。

☆やけどをしてしまったら☆

- すぐに10分以上冷やしましょう。刺激を避けるため容器に溜めた水で冷やしましょう。やけどした患部に、水道水・シャワーを直接当てないように気をつけましょう。服の上から熱湯がかかってやけどしてしまった場合は、服を脱がさず、服の上から冷やしてくださいね。
- やけどの応急処置をしたら、すぐに病院を受診しましょう。水ぶくれのある時には、潰さないようにしてくださいね。
- 低温やけどは見た目より重症の場合がありますので、病院を受診しましょう。
- 市販の冷却シートはやけどの処置には適さないので、使用を控えた方がいいですね。



★子どもを事故から守る『事故防止ハンドブック』消費者庁より

<手づかみ食べについて>

後期食ごろになると食べ物を手に持ち、握ったり口に運ぶ様子が見られます。手づかみ食べはお子さんにとって「自分で食べたい」という意欲のあらわれでもあります。「遊び食べ」と混同されがちですが、手づかみ食べは手で触って食べ物の固さや形を感じたり口の中に入れられる量を知ったりと、これから先フォークやスプーンを使って自分で食べられるようになるための練習であるといわれています。この時期だけの育ちの証でもあるので、お子さんが食べられるように声をかけたり、見守りながら進めていけるといいですね。

忙しい時間には、後片付けのことなどを考えて、つい食べさせてしまうこともあるかと思いますが、見守るお母さんの気持ちの余裕も大切ですので、無理せずすすめることも大切ですね。

★手づかみ食べのポイント★



♪手づかみ食べのできる食事に

- パン、バナナ、野菜などは手に持ちやすいようなスティック状にしたり、つまみやすい大きさに切ったりしてみるとよいでしょう。ご飯もつまみやすいように、一口サイズのおにぎりにしたり、汁物はこぼしてもいいように、器に少量入れてみるなど試してみたいかがでしょうか。

♪汚れてもいい環境を

- エプロンを付けたり、テーブルの下に新聞紙やビニールシートを敷くなど、後片付けがしやすいように準備しておくといいですね。

♪食べる意欲を大切に

- お子さんが自分で食べるということを意識して、お子さんのペースを大切にしながら進めてみましょう。

♪生活リズムを大切に

- お子さんが自分で食べようとする意欲を引き出すには、食事時間に空腹を感じていることが大切になってきます。たっぷり遊び、早寝早起きをしたり、食事時間を一定にしたりするなど心がけ規則的な生活リズムが作れるようになっていくといいですね。