



9月号



お元気ですか？看護師です

こちらは、区ホームページ「就学前のお役立ち情報」でご覧いただけます↓



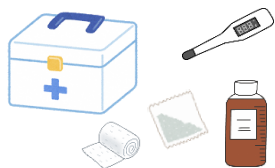
9月に入っても、まだまだ暑い日が続いています。厳しい夏の暑さに、食欲が落ちたり睡眠不足になったりして、体力が落ちてくる時期です。栄養バランスの良い食事と十分な睡眠をとることを心掛けながら、体調を整え元気に過ごしていきましょう。

<sup>きゅうきゅう</sup>**9月9日は救急の日 いろいろな救急について確認しましょう！**

救急とは、急なケガや病気になった時に応急の手当をすることです。「あだち子育てガイドブック」に、「子どもの発達と起こりやすい事故」をわかりやすく掲載してありますので、参考にしてください。家の中で事故が起こらないように予防しましょう。

「救急車の呼び方」がガイドブックの裏面にあります。保険証・母子手帳・お薬手帳・お金・紙おむつなど、救急車が到着するまでに必要な物を日頃からまとめ、わかりやすい場所に置くことをお勧めします。

119番



子どもの成長と共にケガも増えてきますので、すり傷や切り傷などの対応ができるように救急用品の使用期限を確認しましょう。また、子どもに処方された風邪薬や下痢止め、解熱剤の残りは自己判断で使用しないで処分しましょう。

……救急車は様々な救急搬送にひっ迫しています。正しく救急対応を受けるには……

救急車を呼んだ方がいいか迷ったら…

☎ # 7119

つながらない時は

☎ 3212-2323

救急相談センター



夜間・休日にこどもの症状にどのように対処したらよいか迷ったら…

☎ # 8000

月～金 18時～翌朝8時  
土・日 8時～翌朝8時

こども医療でんわ相談

身近なこどもの夜間や休日応急診療 (令和5年度版 あだち子育てガイドブックより)

足立区平日夜間小児初期救急診療機関

足立区医師会館(☎3880-1131)

足立区休日応急診療所

足立区医師会館休日応急診療所(☎3880-1866)他3カ所