



突然の冬到来！朝晩めっきり冷え込んで、インフルエンザも流行しています。

気温が下がり、免疫力が低下しています。外出後の手洗い・うがいを徹底して、感染症を予防しましょう。

米田西保育園

看護師 吉田

病気を予防するにはワクチン接種も重要です。公費で受けられる予防接種には、推奨時期があり、接種対象者の年齢にも期限があります。よく確認しておきましょう。

11月の病気

発熱 のべ69名 インフルエンザ 8名 マイコプラズマ 3名 アデノ 1名

・高熱の出る子が、増えています。
鼻水が出ている子もたくさんいます。



12月の保健行事

乳児身体測定 12/8(月)・9(火)
幼児身体測定 12/10(水)



年末年始、かかりつけの病院の診療日を確認して、連休に備えておきましょう。
休日の急な病気の時、「対応してもらえる医療機関」、園の玄関ホールに掲示しています。



トイレの使い方のお話



園での子どもの様子を見ている際に、妙な体勢で排尿している男子を見かけます。家庭で小便器を使う機会がなく、男性でも洋式トイレに座って排尿する人が増え・・・お手本がない中、教えてもらわねば出来なくても当然の事。

保育園や学校、公共施設では、小便器や、見慣れない和式便器があり、使い方に戸惑う子がいると聞きます。

小便器を使った経験がないお母さんが教えるのって、難しいですね。そんな、あれこれ情報をまとめてみました。

子どもの おしっこしやすい排尿姿勢

どの方法も慣れるまでは、パンツを脱いで！
じょうずになってきたら、必要な分だけ下げないようにしましょう。

ひざはおよそ90度
背すじを伸ばす
やや前傾
足をぶらぶらさせない



補助便座や足台を利用して、安心して座れるように



女の子の拭き方

ウンチは、
前から後ろへ拭くよ。



上手になったら、
座ったまま拭こう。

おしっこは、
押さえる or ポンポン

おしっこのふきかた



和式トイレの使い方

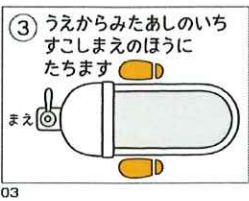
(多くの小学校で使用します。就学前に経験しておきましょう。)



後ろから、膝裏に手を添え、体を支えて、転ばないように補助してあげましょう。



4歳くらいになったらお家の洋式便器でも立ってできるかも



男子の小便器の使い方

理想の体勢は
小便小僧スタイル！



狙う位置



段階をわけて、少しずつステップアップ！

- ① 「お腹をちょっと前に突き出す姿勢」の練習。
- ② 下腹を上へ引き上げる or ちんちんを指で持ち上げるなどして、おしっこが床にこぼれないように、「ちんちんを前に向ける」練習。
- ③ よそ見せずに、「便器を狙って、おしっこを飛ばす」練習。
- ④ ちんちんを軽くトントン or 膝を屈伸して、「残尿を切る」練習。
- ⑤ 上手に出来るようになったら、「パンツを少しずらすだけ」で。

*注意 洋式便器で座ってする時は、ちんちんは下向きに。

見えないけど、手は汚れているよ！ トイレの後、手を洗うのを忘れないでね！

子どもの急病に対応してくれる施設

(2025.12)

東はりま夜間休日応急診療センター

加古川市東神吉町西井ノ口379番地-1

079-431-8051

夜間 21:00~0:00 (全日)

昼間 9:00~18:00 (日曜日・祝日・年末年始)

明石市夜間休日応急診療所

明石市大久保町八木 743-33

078-937-8499

夜間 21:00~24:00(全日)

昼間 9:00~18:00(日曜日・祝日・年末年始)

神戸子どもの初期急病センター

神戸市中央区脇浜海岸通 1 丁目 4-1

078-891-3999

平日 20:00~翌朝 7:00

土曜日 15:00~翌朝 7:00

休日 9:00~翌朝 7:00(日曜日・祝日・年末年始)

☎ 小児救急電話相談ダイヤル

#8000

平日・土曜日 18:00~翌朝 8:00

休日 8:00~翌朝 8:00

☎ 東播磨圏域小児救急医療(電話相談のみ)

078-937-4199

毎日 20:30~23:30

☎ 播磨姫路小児救急医療電話相談

079-292-4874

平日・土曜日 20:00~24:00

休日 9:00~18:00 20:00~24:00

