



# ほけんだより

我孫子市公立保育園 令和7年9月発行

## まだまだ暑い日が続きます！

異例の暑さが続く夏ですが、8月下旬～9月初めは再びダブル高気圧で猛暑に見舞われそうです。(ウェザーニュースより)

夏の暑さによる疲れがたまり、夏場はどうしても食が細くなって食べやすいものだけ食べてしまいます。ビタミンB1のほかに、クエン酸やビタミンCなどをバランス良く摂取しましょう。



## こんな症状の時は何科を受診する？

急な発熱や事故…思いもよらない急な症状に慌ててしまいがちです。まず何科を受診すべきか、冷静に判断しましょう。

風邪症状 (熱・咳など)	小児科	かゆい	皮膚科、小児科	外傷・出血	外科
		水疱	皮膚科、小児科	縫合を必要とする傷	外科、整形外科
脱水症状	小児科	ハチ・毛虫に刺された	皮膚科、小児科	骨折	外科、整形外科
嘔吐・下痢	小児科	やけど	皮膚科、小児科	ねんざ	外科、整形外科
腹痛・便秘	小児科		外科	脱臼	外科、整形外科
便が黒い	小児科				
吐血・下血	小児科	頭痛	脳外科、小児科	目の病気	眼科
発疹	小児科	頭を打った	脳外科、小児科	手足に力が入らない	神経内科 整形外科
けいれん	小児科	めまい	耳鼻咽喉科	歯の痛み	歯科
不整脈	小児科	耳鳴り	耳鼻咽喉科	口内炎	歯科、口腔外科
胸がいたい	小児科	聞こえにくい	耳鼻咽喉科		
異物を飲み込んだ	小児科	くしゃみ・鼻水	耳鼻咽喉科 小児科		

※救急車を呼ぶ時は、到着までの対処法を聞いておくことが大切です。

