

# ぱおぱお ニュース

## < 病 気 の 豆 知 識 >



今月は… 『 発熱 』 です



4月からの新しい環境には慣れてきた頃でしょうか。緊張も和らいで、疲れは出てきていませんか？突然40℃近くになることもあり、お子さんの急な発熱には驚きますよね。特に初めての発熱であればなおさら心配になりますね。



子どもの発熱は、ほとんどが風邪などの感染症によるものです。熱によって脳障害が起こるのではないかと心配される方も多いのですが、高熱だけで脳が障害を受けることはありません。むしろ発熱することにより、ウイルスなどの増殖がおさえられる場合もあり、正常な感染防御反応の一つと考えられています。

### 水分摂取

発熱時は汗をかいたりもして、普段以上に体の水分量が必要になります。脱水になりやすいので、意識してこまめにしっかり水分を与えましょう。

### ★一日に必要な水分量のめやす(飲食物すべてに含まれる水分の合計です)

- ・乳児:体重1kgあたり120～150ml
- ・幼児(2～6歳):体重1kgあたり100ml
- ・学童(6歳以上):体重1kgあたり60～70ml



### 解熱剤(坐薬・内服薬)の使用

解熱剤は病気をなおすための薬ではありません。熱を下げる作用はありますが、病気をなおしたり、病気の悪化を予防する効果はありません。したがって、解熱剤でむやみに熱を下げる必要はありません。

ただし、39℃以上の発熱でぐったりしていたり、機嫌が悪くて眠れないなどの時には使ってみてもいいでしょう。一時的にでも解熱して体が楽になれば、飲んだり食べたり、ゆっくり眠れたりするかもしれません。お子さんの姿をよく観察して、上手に使用してあげましょう。

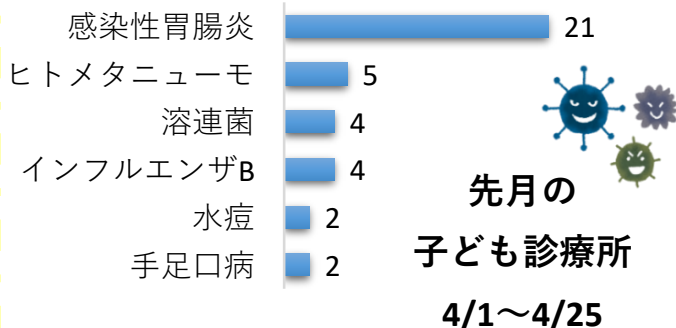


### こんな時には受診しましょう！

- ・生後3ヶ月未満の発熱
- ・食事や水分がとれない
- ・尿の回数が一日3回未満
- ・熱以外の重い症状がある(けいれん・嘔吐・顔面蒼白・激しい下痢・呼吸困難・意識障害など)
- ・ぐったりしている
- ・3日以上発熱が続く



## < 感 染 症 情 報 >



### 子ども診療所では…

- ・胃腸炎・ヒトメタニューモウイルスが増えています。
- ・4月に入るとインフルエンザは落ち着いてきました。

### 病児保育室ぱおぱおでは…

- ・発熱、咳、鼻水症状のお子さんが目立ちました。
- 新しい環境での疲れも出てきているようです。

## < 5月の花 >

新緑がまぶしく、さまざまな花が咲きそろう季節になりました。外に出られない日でも窓から見える景色やお散歩の中で季節の花を見ることで気持ちが落ち着き、リラックスできますよね。花に優しく触れたり、香りを感じながら「きれいだね」「いいにおいだね」と自然に親しみ、やさしい時間を過ごしていきたいですね。

### 菖蒲(しょうぶ)

細長い葉とさわやかな香りが特徴の植物で5月5日の端午の節句には、菖蒲を使った風習があります。お風呂に菖蒲の葉を入れて入ることで「病気やけがをしないように」という願いがこめられています。また魔除けの意味もあり菖蒲の強い香りが悪いものを追い払うとされていていました。

特徴 長くまっすぐ伸びる葉  
さわやかで少しツンとした香り  
水辺や湿った場所に生える



※紫の花が咲く「あやめ」や「かきつばた」と似ていますが端午に節句で使われるのは葉の菖蒲です  
花言葉:「優雅」「心意気」



### 蒲公英(たんぽぽ)

春から初夏(3月～5月頃)に黄色い花で道ばたや公園、空き地などさまざまな場所で見られます。

特徴 あざやかな黄色い花  
太陽のように丸く広がる形  
花が終わると「綿毛(わたげ)」になる  
風によって種が飛んでいきます

花言葉:「幸せ」「神のお告げ」



### パンジー

花が大きめで存在感がある  
花言葉: 思い出・私を思って



### ビオラ

花が小さく、たくさん咲く  
花言葉:「誠実」「信頼」



### 躑躅(つつじ)

春から初夏(4月～5月頃)にかけて咲く花で、公園や道路沿いなどでもよく見かけます。丸くこんもりとした形に咲くのが特徴です。

特徴 赤・ピンク・白・紫などの色が豊富  
小さなラッパのような形の花  
背の低い木(低木)に咲きます



※つつじの中には甘い蜜がある種類もあり、昔は吸って遊ぶ事もありました。種類によっては毒があるものもあるため口にいけないように注意が必要です  
花言葉:「節度」「慎み」「恋の喜び」

### 鈴蘭(すずらん)

4月～5月頃に咲く花で白く小さな花が並ぶ様子が「鈴」のように見えることから名前がつけました。

特徴 白くて小さいベルのような花  
下向きにいくつも並んで咲く  
やさしく甘い香りがある  
日陰や涼しい場所を好む



※とても綺麗な花ですが、全体に毒があります。

花・葉・根すべてに毒性があるため、注意が必要です  
花言葉:「再び幸せが訪れる」「純粋」

秋から春(～5月頃)にかけて長く咲く花で、花壇やプランター道路沿いなどでよく見られます。見た目がよく似ていて、どちらも同じ仲間の花です。見た目がよく似ていて、どちらも同じ仲間の花です。

特徴 赤・黄色・紫・白などカラフル  
顔のような模様に見える花びら  
寒さに強く長く咲く  
一株でもたくさん花が楽しめる

※花の中心の模様が「顔」に見えることから、海外ではフェイスフラワーとも呼ばれています



**保育室のご利用には 事前の登録が必要です!**

事前登録の問い合わせもどうぞ♪

**\* 令和8年度の登録更新をされていない方は前日予約はできません \***

お問い合わせ: 病児保育室ぱおぱお (月～金 8:30～17:30)

TEL 042-521-2777

(事前登録予約 10:00～16:00)