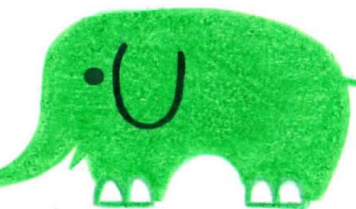


ぱおぱお ニュース



< 病 気 の 豆 知 識 >

今月は… 『 事故防止 』 です

おうち時間が増えた今、子どもたちの興味は普段以上に家の隅々まで広がっていることでしょう。しかし、保護者は日々の慣れやテレワークなど、子どもから目を離す時間も増えていたりしませんか？乳幼児の死因トップ3に入ってくる『不慮の事故』は誤飲、溺水、やけど、転落…など色々ありますが、ほんの一部をご紹介しますね。

< 誤飲 >

- ・食事中の食べ物…硬い豆やナッツ類は3歳頃まで与えない
 飴など食品を口に入れたまま遊んだり寝転んだりしない
- ・おもちゃ、小物…おもちゃなどは大きさや破損に注意する(キーホルダーやストラップなど注意)
- ・ボタン電池、磁石、薬、洗剤、たばこ…子どもの目に触れない、手の届かない場所に保管する



< 溺水 >

- ・* 水を溜めておかない、扉の鍵やチャイルドロックをかける
- ・浴槽…大人が洗髪中は子どもも浴槽から出し、目を離さないように気をつける
- ・洗濯機…興味本位で覗いたりして落ちないように、踏み台なども近くに置かない



< 喉突き >

- ・歯磨き中はそばで保護者が見守り、必ず座らせて行う
- ・箸やフォークなどもくわえたまま歩いたりしない



『消費者庁 事故防止ハンドブック』こちらもぜひ参考にして下さい。

「子どもを事故から守る! プロジェクト」シンボルキャラクター



※消費者庁ホームページより

“危ないかも…”と思っていたのに日々の忙しさに流されて対策しておらず、起きてしまった事故ほど悔やむものはありません。これを機に、今すぐ行動に移しましょう！また、子どもは日々成長します。出来なかったことができるようになり、手の届かなかったものがとどくようになります。

今後も定期的に子ども目線でお部屋を見直していきましょう！

< 感 染 症 情 報 >



子ども診療所では…

- ・胃腸炎のお子さんが増えてきました。

病児保育室ぱおぱおでは…

- ・熱、鼻、咳症状のおさんが目立ちます。
 - ・乾燥による肌荒れが目立ってきました。
- ぱおぱお入室の際は、
普段お使いの保湿剤をご持参ください。

< 寒い冬の子ども服装 >

子どもは薄着がいいとよく言われますが、そうは言ってもやっぱり寒くて風邪をひいてしまうかもしれないと心配になるのも親心ですよね。

では、薄着にすることのメリットは何でしょう？

- ・人間の体温調節機能は3歳までに完成し、自律神経の発達にもつながると言われている。
- ・動きやすい薄着でたくさん動き回することで体が温まり、筋肉や骨の成長も促せるため体力がつく。

薄着にすることによって、こうした良いサイクルを作ることが子どもの健康維持につながるのですね。

★ 薄着のポイントは肌着と重ね着 ★

・肌着で空気の層を作り保温効果を高める

最近では汗の水分で温めるなどの機能性肌着も売られていますが、子どもの肌はデリケートな為、レーヨンやポリエステルなどの化学繊維素材は肌トラブルが起きやすいのも事実です。代謝が良いえによく動き回る子どもは大人の2倍以上の汗をかきますので、乾きが追い付かず、逆に汗冷えしてしまうことも。直接触れる肌着は、吸湿速乾性に優れた綿100%が安心です。

・薄手の物(窮屈にならないもの)を重ね着し、暑くなったら1枚ずつ脱いで調節する

基本的によく言われている目安は、大人よりも1枚少なめの服装でちょうど良いということです。
半袖肌着 + 長袖シャツ + トレーナー (外遊びでは + ウインドブレーカー) など

無理なく、徐々に、薄着に慣れさせていけるといいですね。

ところで…

風邪をひいた時でも薄着？

子どもの成長発達に薄着が望ましいとは言っても、それは体が健康状態にある場合に限っての話です。まずは子どもの現状を第一優先にしましょう。

まずはお子さんをよく観察しましょう♪

★ 熱が出た時の服装の切り替えのコツ ★

・熱の出始め: 手足の抹消が冷たい

汗をかいていない時の対応

熱の上がり始めは寒さ(悪寒)を感じる事がほとんどです。お子さんの訴えも聞きつつ、基本は保温に努めます。ただし、熱が上がると汗が出てくるので脱ぎ着が楽にできるもの、体を締め付けられないものがポイントです。

・熱が上がった後: 手足の抹消まで温かい

汗をかいている時の対応

熱が上がると汗をかきやすくなります。熱を外に逃すために薄着にしましょう。掛物もタオルケットや薄い毛布で十分です。ここでのポイントは、汗をかいたらこまめに体を拭いたり着替えること。また、脱水を起こしやすいため水分を少量ずつ頻回に与えましょう。

保育室のご利用には 事前の登録が必要です!

保護者の病気や出産、冠婚葬祭など、何かお困りの際はご相談ください。

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

* 育児相談も可