

ぱおぱお ニュース

< 病気の豆知識 >



今月は… 『 **予防接種** 』 です



私たちは、日常生活の中でさまざまな細菌やウイルスと共存しているため、それぞれに対する抵抗力がないと病気(感染症)にかかってしまいます。お母さんが臍帯を通じて赤ちゃんにプレゼントした免疫(移行抗体)は、生後数ヶ月で自然と失われていくため、その後は赤ちゃん自身で免疫をつくる必要が生じてきます。

予防接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められていて、ワクチンを接種して免疫(病気に対する抵抗力)をつくることで、発病を予防したり、症状を軽くすることができます。生後2か月から予防接種を受け始めることは、赤ちゃんを守るためにとても大切なことです。

お子さんが大きくなるにつれ、集団生活や外出の機会も多くなります。

お子さんの健やかな成長のために、予防接種を受けましょう!

< 同時接種のすすめ >

- ・必要な免疫を早くつけて子どもを守ることができます。
- ・通院回数を減らすことができます。
- ・予防接種スケジュールを立てやすくなり、接種忘れがなくなります。



同時接種により副反応が強くなったり、特別な副反応が現れることはありません。



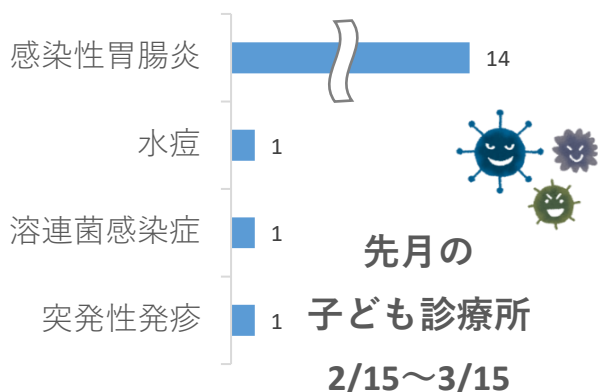
1才のお誕生日を迎えたら…



MR(麻疹・風疹)と水痘(みずぼうそう)が受けられます。
もちろん同時接種も可能です。ぜひ忘れずに接種しましょう!



< 感染症情報 >



子ども診療所では…

・目のかゆみや鼻炎など、花粉症の症状や肌トラブルでの受診が増えています。

病児保育室ぱおぱおでは…

・発熱が続き検査をしても何も出ないお子さんや花粉症の症状で念のためお休みしたお子さんが入室していました。

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。



< 食卓を癒しの時間に >



入園や進級などで忙しい毎日を過ごす、家族そろって食事をするのが難しい日もありますよね。生活環境が変わると不安や慣れないドキドキから子どもにも疲れがではじめます。

そんな時こそ家族で食卓を囲み、お腹も心も満足感を得ることで、「愛されている自分」を実感でき、新たな環境でも立ち向かえる自信に繋がっていきます。食事の大きな目的の一つは成長に必要な栄養を摂取することですが、子どもにとって家族で食卓を囲みながら食べることは、心の栄養もとれる大切な機会なのです。



<家族そろって食事をするメリット> ◆◆

①コミュニケーション能力が高まる

人の話を聞くことや、自分から話すといった基本的なコミュニケーションの方法を学びます。家族の行動を見て、人には好みや癖があること、仕事には隠された本音が現れるということに気づきます。

②心が安定する

食卓を囲むのはいつも同じ家族。今日も自分がそのメンバーに入っていることが子どもは嬉しいものです。料理に苦手なものが入っていても”苦手”を受け入れてもらったり、励まされたり。コミュニケーションを通し、子どもは家族の一員として受け入れられ、大切にされていることを感じ取っていきます。

③主体性が育つ

家族で囲む食卓では「譲る・譲られる」「感謝される」「褒められる」といった体験を自然と重ねやすくなります。子どもはその体験を通じ、相手の思いに気づき、自分からできることを探すなど、主体的に行動できるようになっていきます。



～家族そろって食事をするための工夫～



・スケジュールに組み込む

忙しいからこそスケジュールに組み込んでみましょう。毎日が難しい場合は週1からでも♪



・準備と片付けを分担する

ママやパパ一人だけが背負い込んでしまえば、家族そろっての食事を続けるのが難しくなりますね。みんなで準備や片付けをどう分担できるか話し合ってみましょう。

・子どもの話に耳を傾ける

親として色々教えたい思いで「指導」になりがち。その日にあったことや、最近興味を持っていることなど子どもの興味関心に耳を傾ける一時を楽しんでみましょう。



・テレビのスイッチを切る

つけない日も作ってみましょう。テレビやスマホなどを見ながらの食事は肥満に繋がりがやすすいとも言われています。



子どもが「家族っていいな」「ごはんって楽しいな」という気持ちをおなかいっぱい味わえるよう、ぜひ意識して家族で食卓を囲む時間を大切にしてみてくださいはいかがでしょうか♪

保育室のご利用には 事前の登録が必要です！



新規ご登録は随時行っております。まずはお気軽にお電話を♪

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 *育児相談もお受けしています