

病児・病後児保育室

ナゴムだより

伊勢内科・小児科

2016年
第5号

暑さも日々増して、本格的な夏の季節もすぐそこまできているようです。夏といえば楽しいことがいっぱいですね(^^♪子どもたちはますますパワーアップ。汗をかいたまま遊びに夢中になっていると、思いがけず脱水症状をおこしてしまうことがあります。こまめに水分補給や着替えなど心がけたいですね。元気に夏を乗り切り、楽しい夏を過ごしましょう(^o^)/

子どもの水分補給

いつ・何を・どのくらい飲んだらいいの？



いつ 朝起きた時とおやすみ前
お風呂に入る前と後
遊びに出かける前と後

何を 水、煮出した麦茶やほうじ茶など甘くないものがお勧めです。

* 水分補給といえば、スポーツ飲料を選びがちですが、500ml1本に対して角砂糖約7個分が含まれているので、スポーツ時以外は好ましくありません。水分補給として与えていると肥満や虫歯、生活習慣病、また夏バテの原因にもなります。

* 牛乳は消化吸収に時間がかかり、胃腸の負担になりますので水分補給という点では適していません。

どのくらい

一度にたくさん摂らず、少しずつ口に含ませるように。

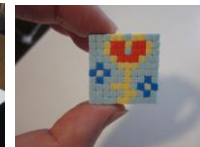
一回に飲む量は・・・乳児＝50～100ml
幼児＝100～150ml
が目安です。

お部屋での遊び

幼稚園から小学生くらいの子どもの遊び



好きな形にデザイン(^^♪
消しゴムの完成！



アイロンビーズ
で指輪づくり



ファイル
づくり



メルちゃん
ごっこ



* 年齢や体調に合わせて、ゆったりと過ごせるようにしています。布団にて静養している子、機嫌よく遊んでいる子と様々です。

利用状況

4月、5月、6月の感染症は、感染性胃腸炎・ロタウイルス・ヒトメタニューモウイルス感染症・溶連菌感染症、6月に入り、ヘルパンギーナでした。繁忙期にはご希望の時間帯での受け入れができないこともあり、ご迷惑をおかけしました。前日予約をお受けしておりますので、18時までには病児保育の携帯までお電話ください。

病児保育携帯番号 080-6391-9523

利用について

- * 事前登録をお勧めします。ご利用当日でも可能ですが、多少お時間がかかります。用紙は、伊勢内科・小児科の受付に置いています。
- * 登録済みの方は、連絡先や通所施設等変更がありましたらお知らせください。
- * 利用前に病児保育料を確認したい方は、各市町村の子育て課までお問合せ下さい。

おしらせ

ナゴム病児保育室は、お盆期間中はお休みとなります。後日、ナゴム病児保育室のブログにてお知らせいたしますのでご確認ください。

