



令和5年10月

これからの季節は、朝晩の寒暖差がとても激しい時期です。体調を崩しやすいので、少し長めのお休みをして体力の回復をはかったり、バランスの良い食事で腸内環境を整えたり、入浴で代謝を上げるなど、ちょっとした工夫が免疫力を高め、感染予防につながります。♪ぜひ取り入れてみてください♪

小児科の先生からのお話です

毎年、冬になるとインフルエンザや胃腸炎が流行いたします。ここ数年はコロナ禍で手洗い、マスクをしていたこともあって罹患者は減っていました。2023年は春以降もインフルエンザ感染者の報告は続き、9月になり多摩地域ではインフルエンザの流行の注意報が出ています。インフルエンザワクチン接種後に罹患してしまうこともあります。発症しても重症化を予防できるケースがあります。個人の考え方もありますが、ワクチン接種で予防できるものは予防したほうがよいとされてます。また、感染症の予防で一番効果的なのは手洗いです。

適切なタイミングでの手洗いの習慣がつくといいですね！

手洗いのタイミング

- 外から帰った時
- 外にあるものを触った時
- 咳・くしゃみ 鼻をかんだ時
- ごはんの時 前と後

保育室の保育士さんから

事前に登録しましょう！

お弁当について

最近のお弁当事情・・・

衛生面や手軽さを考えたらコンビニはとても便利ですが、病気の時は「体調に合わせた食材選び」も大切です。

喉を痛がっていたらのだ越しの良い物を選ぶ、スナック菓子よりゼリーやプリン…というように、状態を見て“食べているお子さんの様子”を想像しながら購入してみてください。

また、常備食材としておかゆやベビーフードなどを普段からご自宅に持っておくと、いざという時に活躍します。おかずやご飯を冷凍しておくのも便利ですね*

持参するときには、冷凍のものは解凍してお弁当に詰めてきてください。そのひと手間が、お子さんの食欲を掻き立て、回復への一歩につながります！

「登録していないのですが、利用できますか？」というお問い合わせがよくあります。

今、お子さんが元気でも、病気の時にすぐに利用できるように事前の登録をお願いします！

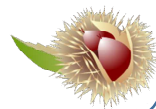
ぬくもりで登録する際は予約制になっていますので、事前にご連絡をお願いします。

なお、日の出町、檜原村にご住所がある方は、次の担当課係でも登録することができます。

* 日の出町：子育て福祉課 子育て支援係

* 檜原村：福祉けんこう課 福祉係

※持ち物等はお問い合わせください。



病児の受け入れについて

上気道炎様症状(熱、咳、鼻水など)及び消化器症状(下痢、腹痛、嘔吐など)のお子さんの利用につきましては、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、引き続きPCR検査を実施し、陰性と確認された場合のみ予約を受け付けます。なお、病児は症状等により個別または同室での保育対応をさせていただきます。

《お問い合わせ》

秋川流域病児・病後児保育室 ぬくもり

電話/FAX 042-518-7078

【月曜～金曜日 午前8時～午後6時(祝日、年末年始を除く)】

くわしくはコード
からご確認ください
→ → →

