

ゆりかご だより



2020年7月発行 No.41

新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力いただき、誠にありがとうございます。感染状況に注意し、第2波に備えながらの生活が始まっています。病児保育室ゆりかごも「新しい生活スタイル」に配慮しながら保育を行えるよう、体制を整えております。保護者の皆さまにおかれましてもご理解・ご協力の程よろしくお願いたします。



梅雨が明けるといよいよ夏本番です。夏は新型コロナウイルス感染症だけでなく、熱中症やこの時期の感染症にも注意が必要です。お子さんの体調の変化に気を付けて暑い夏を乗り切りましょう。今回はお子さんの体調が悪い時の食事についてご紹介します。

～体調に合わせた食べ物の工夫～

「こどもが病気の時、どんな食べ物を用意したらいいの？」と悩むことが多いと思います。つらい時は、お子さんが食べたいものを食べられるだけ、で大丈夫です。食欲のない時も、雰囲気づくりをしたり食べたいものを選ぶようにしたりすることで、少しずつ食べられることもあります。時間にこだわらず食べられる時に無理せず勧めていきましょう。



発熱時は

水分が体から失われやすくなります。水分をこまめに摂らせてあげましょう。食欲が出てきたら消化しやすく、口当たりの良いものを。



喉の炎症や口内炎が できている時は

痛みで食べられなくなることが多くなります。薄味で軟らかいうどんや茶わん蒸し、ゼリーやプリンなど、のど越しの良いものをあげましょう。



咳がよく 出る時は

こまめな水分補給を。咳で吐いてしまうこともあります。食事は1回の量を少なめに。むせないように軟らかめのものをあげましょう。



下痢の時は

水分補給をしっかりと。食事はお子さんが食べたいもので大丈夫ですが、なるべく、脂肪分の多い物や糖分の多いジュースや炭酸飲料は控えましょう。



看護師より

～早期の熱中症対策を～

今年は気候の変化も激しく、体温調節がむずかしい中、暑い夏がもうすぐやってきます。この時期注意が必要なのは熱中症です。特に子どもは大人よりも体温調節機能が未熟で、全身に占める水分の割合が高いため、外の気温の影響を受けやすくなっています。熱中症の症状は頭痛、だるさ、吐き気、めまい、筋肉痛などがあります。汗は初期に大量に出て、しだいに少なくなります。症状がすすむと意識がもうろうとしたりします。



予防 ①こまめな水分補給……水分だけでなく塩分もバランスよく摂取しましょう。



②環境や衣服を整える…屋外では日陰や風通しのよい場所で、室内ではエアコン等利用し、温度・湿度に注意しましょう。吸湿性や速乾性のある服装にしましょう。

マスクをつけていることで、熱がこもったり、のどの渇きを感じにくくなるなど熱中症のリスクが高まります。人との距離を取った場所で、適宜マスクを外して水分をとるようにしましょう。



堺市訪問型病児保育センター

サポート会員が利用会員の自宅等を訪問し病気などのお子さんを保育します
病児保育施設への送迎も行います
詳しくはホームページをご覧ください
<http://yurikagonetwork.com/houmon>



病児保育室ゆりかご

開室時間 平日 8:00～18:00
〒599-8247 堺市中区東山 1042-1
電話/FAX 072-234-6880
<http://yurikagonetwork.com/hoikushitsu/>



★★★★★★★★★
事前登録に来られる方は、マスク・玄関での消毒・検温のご協力をよろしくお願いいたします。
★★★★★★★★★