



みかん新聞



お子さんのご入園・ご入学・ご進級おめでとうございます。
この時期は、新しい環境での疲れや緊張で体調を崩しやすくなります。
ご家庭ではゆったりと過ごせるようにし、早めの休息・たっぷり睡眠をとるように心がけましょう。

笑顔の効果

「笑うこと」には病気の回復を早める効果があるそうです！



- ・自律神経のバランスの改善
- ・精神状態の安定化
- ・ストレス負荷の軽減
- ・睡眠の改善
- ・自己免疫力の向上



体調が悪い時、子どもはいつもより甘えがちになったりしませんか？
そんな甘えを充分に受け入れてあげることで、愛着の安定につながり、心の安全基地ができます。
病気で不安な気持ちに寄り添い、少しでも笑顔で過ごせるといいですね。

看護師より



2024年度 利用が多かった病名

- 感冒
- 咽頭炎
- 感染性胃腸炎

新型コロナウイルス感染症啓発時には
「小児科が空いていた」と言うくらいでした。
それは、手の消毒・うがいをしっかりしていたからでしょう。
感染経路を家に持ち込まないようにしていれば大丈夫。
これから暖かくなれば、状況も変わります。
免疫力アップには、きちんと食べてしっかり睡眠をとることです！
今一度見直してみましょう。

絵本の紹介



1年1組せんせいあのね

選 鹿島和夫
絵 ヨシタケシンスケ

ページをめくると『あのね帳』に綴られた子どもたちの自由な言葉があふれています。
クスッと笑えたり、ジーンと感動したり...
中には、親として大人としてハッとさせられるものもあったり。
ヨシタケシンスケさんのイラストがほのぼのと面白く大人も子どもも楽しめる可愛い1冊です。

サポート会員 募集中！

お気軽にお問い合わせください→

* 堺市訪問型病児保育センター *

〒590-0079
堺市堺区新町2番4号 小山電ビル2階8号
TEL: 072-228-7668 FAX: 072-228-7661
携帯: 070-1742-6888(日・祝・夜間)

HP <http://yurikaonetwork.com/houmon/>

