



たんぽぽ だより

平成 29 年 1 月号 No.5

砂川市病児・病後児保育施設

あけましておめでとうございます。
 元気いっぱい、笑顔のあふれる一年になりますように…
 今年も、どうぞよろしくお願ひいたします。



さて、これからが冬本番ですね。気温や湿度も低くなり、ウイルスの働きが活発になります。インフルエンザ、RS ウイルス感染症、ノロウイルス等に十分注意して元気に過ごしていきましょう。

元気に寒い冬を乗り越えよう

皆さんはお正月にみかんを食べましたか？
 みかんは、日本で一番たくさん生産されている果物です。「みかんを食べていると風邪を引かない」といわれるほど風邪予防のあるビタミンCやカロテンを多く含んでいます。「ペクチン」という食物繊維も豊富で腸の調子を整えたり生活習慣病を予防する働きもあるそうです。

皆さんも、みかんを食べ
 べて免疫力 UP はいか
 がですか？



今月の保育室のようす

羽子板、たこをかざりました。

2歳未満は要注意！ RS ウイルス感染症

秋から冬にかけて多くなる「RS ウイルス感染症」。感染力が強く、2歳までにほぼ100%感染するとも言われます。年齢が低いほど重症化しやすく、呼吸困難になったり、気管支炎、細気管支炎、肺炎などの合併症を起こしたりすることもあるので「かせかな」と感じたら、念のため病院へ行きましょう。

38~39℃
の高熱

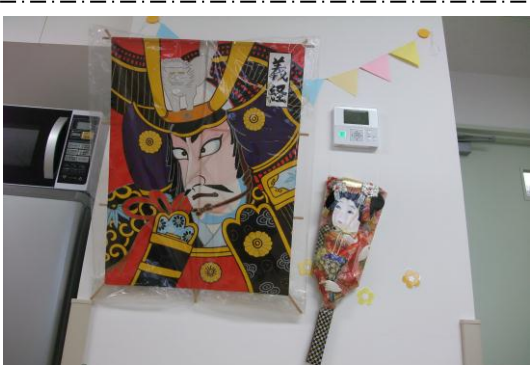
セイセイとい
う呼吸音

激しいせき

鼻水

せきがひどいときは……

- 体を起こすか、縦抱きにして背中をさする
- 室温は上げすぎず、加湿する
- 水分を少しずつゆっくり飲ませる



ワッフルブロック



アンパンマンのトンネル