



メディキッズ山口  
病児保育所だより  
2021.12.1 №34

病児室に関するお問い合わせ



メディキッズ山口  
T 083 (941) 5311  
F 083 (902) 6129



メディキッズHP 青藍会公式サイト

今年も残すところあとひと月となりました。ここ最近は気温もぐっと低くなり、本格的な冬到来！という感じですね。こどもたちにとっては、冬休みにクリスマス・お正月と楽しい行事が続くこれからの時期ですが、お休みに入り、生活リズムが崩れたり、感染症もはやりやすい時期でもあります。体調管理には十分気を配り楽しく過ごしましょう。



## 12月22日、冬至です。



北半球では、夜が一番長く、昼が一番短い日。

冬至の日にゆず湯に入り、カボチャを食べると風邪をひかないという習わしがあります。

実際、

**カボチャ**に豊富に含まれる**ビタミンA**には、皮膚や粘膜、視力、骨や歯にも効果があります。

**ゆず**には、新陳代謝を活発にして血管を拡張、血行促進の作用、さらに鎮痛・殺菌作用のある成分が含まれます。

これらが体が温まり、風邪予防にもなるといわれるゆえんでしょう。

冬至には、カボチャとゆずの2大パワーをもらって、これからの寒い季節も元気に乗り切りましょう。

皮膚や目の機能を正常に保つ**ビタミンA**が豊富！



**ビタミンC**や**カリウム**・**カルシウム**も含む！

**年末年始のお休みのお知らせ**

12月30日(木)～1月3日(月)はお休みとなります。  
1月4日(火)から通常通りお預かりをします。  
よろしくお祈りいたします。



### \* \* 11月の利用(主な疾患) \* \*

風邪	16件
手足口病	1件
夏かぜ	3件
ヘルパンギーナ	1件
溶連菌感染症	1件
アデノウイルス感染症	1件

他



季節の病気についての情報や、翌日の予約状況などもLINEのタイムラインにてお知らせしています！チェックしてみてくださいね。

お友達登録よろしくお祈りいたします😊！



メディキッズ山口  
LINE



# 感染性胃腸炎

**原因：** ウイルス系の感染によるもの。冬はノロウイルス・ロタウイルスが代表的。主に経口・飛沫感染だが、ノロウイルスの場合、食品から感染することも。生後半年～2歳くらいの子が多くかかるが、大人にもうつることは十分あるので注意！



**症状：** 激しい嘔吐の症状が突然現れ、下痢がつづく。加えて発熱もある。ロタウイルスに感染した場合は便が白っぽくなることもある。



**対応：** 激しい嘔吐や下痢が続くのでイオン飲料などで十分に水分補給をし、脱水症状にならないようにする。症状は2～3日から1週間程度で治まる。

## 予防のための4つのポイント！

- ①手洗い・うがいをこまめにする
- ②食品は十分加熱する
- ③調理器具を清潔に保つ
- ④汚物は衛生的に処理する



### 前月のクイズ

「食べると安心するケーキってなーんだ？」

答え → ホットケーキ でした。

クイズに参加してくれたお友だち！  
ありがとうございました！

きりとり

### 11月のクイズのこたえ



なまえ:



あおい花・きいろい花・あかい花、  
トナカイさんに人気があるのはど  
のお花？

正解がわかった人は、左の紙に答えを書いて  
メディキッズ山口まで持ってきてね！  
正解した方には、プレゼントを差し上げます♪

