

メディキッズ山口
病児保育所だより

2021.1.1 No.35

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



新しい年を、皆様健やかに迎えのことに存じます。
毎日冷え込み体調を崩しやすい時期ですので健康管理に
留意してお過ごしください！

メディキッズ山口では今年も皆様が健康に過ごせるよう、
病気の予防法など役に立つ情報をお伝えしていきます！
本年もなにとぞ、よろしくお願いいたします。



お知らせ

メディキッズ山口は
1月3日(日)までお
休みいたします。
1月4日(火)より
通常通り運営いたしま
す。



かぜの予防をしっかりと

かぜのウイルスは冬の寒さと乾燥が大好き。
そろそろ流行が気になります。日ごろから予
防を心がけて、元気に冬を過ごしましょう！

かぜ予防 6 か条

- 1 うがい、手洗い
- 2 汗をかいたらすぐ着替え
- 3 バランスのよい食事
- 4 部屋の換気と加湿
- 5 規則正しい生活リズム
- 6 人込みを避ける



咳をしている時は・・・

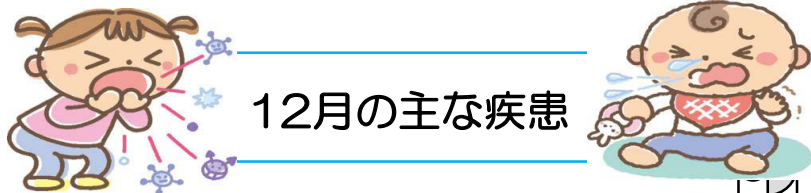


咳は体質的なものや、治療
が必要となるもの、気管に
異物が詰まった時など、
様々な原因があります。咳
の種類や熱、嘔吐など他の
症状も出ていないかをよく
観察し、対応しましょう。

咳がひどい時は・・・

- ・蒸したタオルを顔の前に広げて、湯気を吸わせる。
- ・室温は20℃前後に、湿度は50～60%くらいにする。
- ・野菜スープや麦茶を少しずつ、回数を多く与える（刺激になるので柑橘系や冷たいものは避けましょう）。
- ・睡眠時、クッションなどを使って上半身を高くする。

12月の主な疾患



風邪	27件
溶連菌感染症	3件
胃腸炎	18件
中耳炎	1件
流行性耳下腺炎(疑)	3件
手足口病	2件
突発性発疹	1件
嘔吐	1件
扁桃炎	1件

他

マスクをつけよう

冬はかぜやインフルエンザが流行する季節です。咳やくしゃみが出たらマスクをつけて、周囲にウイルスや菌を撒き散らさないようにしましょう。かぜを引いていなくても、マスクをつけることで鼻や喉の乾燥や炎症を防ぐことができます。また外出中、ドアノブや手すりなどを触った後に、無意識に鼻や口を触ってウイルスに感染することがありますが、マスクをつけることで直接接触の機会がぐっと減ります。子どもに合ったサイズのマスクを選んで、感染予防に役立てましょう。

★LINEもご覧ください★

病児室の様子や季節の病気について、定期的に配信しています。右のQRコードから読みとってお友だち登録をお願いします！

LINE



インフルエンザと かぜの違い

インフルエンザ		かぜ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
39～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行することも	伝染	多くの人にうつらない
手足や腰に強く出る	関節痛	ほとんどない
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症 など	合併症	安静を守ればひどくならない



インフルエンザは、発症し5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園はお休みします



今月のクイズ

1月は太っていて、6月はまあまあ、12月は激やせ。これな～んだ？

正解がわかった人は、下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、プレゼントを差し上げます♪

※正解は来月の病児保育所だより(2月号)に掲載します！

前月のクイズ

「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？」

答え → あかい花 でした。
トナカイは『赤い鼻』だよな(*^_^*)

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

1月のクイズのこたえ

なまえ:

