



スマイルだより

5月号

病児病後児保育所スマイル

令和7年5月1日

0551-23-4507

満開の桜が、まぶしい緑に変わりました。過ごしやすい季節になりましたが、新しい生活がスタートして1ヶ月、子ども達には疲れも出やすい時期です。また季節を問わず、様々な感染症が流行しています。体調に気を付けて過ごしていきましょう。

子どものリズムを大切に！

私たちの体には、リズムを刻む「体内時計」が備わっていて、生後4ヶ月ごろから日中は起きて、夜間は眠るというリズムが整ってきます。1日の睡眠時間は6ヶ月で13~14時間、1~2歳で11~14時間、3~5歳10~13時間。朝の起床時間から逆算して、寝かしつけの時間を確認してみましょう。

夜

寝る時間を決めましょう

大人の生活リズムに子どもを合わせるのではなく、子どもが寝る時間になったら「テレビを消す」「電気を暗くする」など、みんなで協力しましょう。

朝

余裕をもって起こしましょう

顔を洗って着替え、朝ごはんをしっかりと食べる時間を持てるようにしましょう。自分で身の回りの事をやるとなると時間がかかります。慌てずせかさずに済むよう、余裕をもって早めに起こすのがおすすめです。



水分補給について

体温調節機能が十分発達していないにもかかわらず、代謝が活発な乳児・幼児は脱水を起こしやすいので、特に注意が必要です。

発熱や発汗で脱水症状になりやすいので、スマイルではこまめに水分を摂るようにしています。多めに水分を持たせてください。

おねがい

利用時間、給食注文などが予約時間によって異なります。スマイルをご利用の際は、施設詳細等をよく確認してご利用ください。

ご協力よろしくお願いいたします。

4月の利用状況

- 急性上気道炎
- アデノウィルス感染症
- 感染症胃腸炎
- 気管支炎
- ウイルス性結膜炎
- インフルエンザ A

上記病名のお子さんの

利用がありました。

