



病児病後児保育所スマイル

令和8年1月1日

0551-23-4507

あけましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

昨年の12月は全国的にインフルエンザが大流行し、スマイルでもたくさんの利用がありました。予防接種を受けていても感染することがありますので、引き続きうがい、手洗いを忘れずに。

今年度も残すところ3か月。元気に登園、登校出来るように体調に気を付けて過ごしましょう。

厚着のしすぎに注意

子どもが風邪をひきやすいのは、体温調節がうまくできないせい。寒いからといって厚着をさせると、体温調節機能がうまく育ちません。また、汗をかいてかえって体を冷やす弊害も。基本は体を動かしやすい薄着。寒い時は上着を着せるなど、細かく調節するのがいいでしょう。

スマイルでも暖房が付いています
ので、薄着でお越しください。気に
なるようでしたら、着替えをご持参
ください。

これってOK? 下痢のときの食事

下痢のときは、脱水状態にならないよう水分補給が大切。また、胃腸に負担の少ない食事をとりましょう。

お勧め

リンゴのすりおろし

整腸作用があるので、すりおろしや搾り汁を。

おかゆ、おじや

整腸作用があるので、症状が落ち着くまでは続けましょう。

やわらかく煮た野菜スープ

消化がよくなり、水分補給にもなります。

避けたい物

柑橘類

腸を刺激して下痢を悪化させるので避けましょう。

パン、バター、チーズなど
脂肪を多く含み、腸に負担をかけるのでNGです。

生野菜・繊維の多い野菜

消化が悪くなる、下痢を悪化させるため避けましょう。

おねがい



水分補給について

スマイルではこまめに水分補給をしています。多めに用意してください。また、野菜ジュース、スポーツドリンクは糖分が多いので、十分に食事や水分が摂れているお子さんは、水やお茶にしましょう。

着替えについて

着替えは2~3着ほど持たせてください。小学生のお子さんも必ず持たせてください。

利用連絡票について

連絡票の有効期限は記入日から4日間です。4日目以降ご利用される場合は、改めて受診をして記入されたものをアップロードしてください。

12月の利用状況

- 急性上気道炎
- 嘔吐下痢症
- インフルエンザA
- アデノウィルス

上記病名のお子さんの利用がありました。

