



よつばルーム



病後児保育は、町からの委託を受け認定こども園つくしの森「よつばルーム」で実施しています。

これから暑い日が続くようになり熱中症が心配な時期となりました。暑さの中でも夢中になって遊ぶので急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。普段からの戸外遊びで体を鍛え喉がかわいていなくても水分をこまめに摂取するように心掛け楽しい思い出をつくりましょう。

病気の回復時は、病後児保育のご利用も選択肢の1つです。

治りかけの静養は大切です。

子どもは、病気のかかり初めに急激に体調が悪くなりますが、治り始めるとスッと回復することがよくあります。

「よくなってきたな」と思った時こそ休ませることが大事です。

ポイントをまもって、熱中症を防ごう

み

水やお茶などをこまめに飲もう
あそび始める前、外出する前に水分補給。のどが渇く前に飲ませてあげましょう。

め

目安は顔色
顔色がよくないときはもちろん、赤いときも要注意。「暑いから赤いのは当たり前」と思わず、顔が赤いときはすぐに休ませましょう。

む

無理は禁物!
体調が悪いときは熱中症を起こしやすくなります。眠そうな、また、食欲がなさそうな様子の日は、外あそびをほどほどに。

も

木綿のゆったりした服がオススメ
夏は、汗をよく吸う綿の素材で、えりもとやえり口がゆったりした通気性のよい衣類がよいでしょう。帽子は、首筋まで覆う、つばの広いものを選んで。

スポーツドリンクの飲み過ぎに注意

スポーツドリンクは水に比べて電解質や糖質が多く**500ccあたり120~40gもの糖質が含まれています。**

毎日飲用すると**血糖値が高くならない体重が増える**可能性があります。また経口補水液も日常的に飲むものではないようです。

経口補水液**500ccあたりのナトリウム量は、食塩相当量で1.5g**にもなります。これは**みそ汁1杯分に同じ量の食塩**です。毎日飲むと**食塩の過剰摂取**につながる為注意が必要です。

脱水予防にと、つつい飲みすぎてもいけないのですね。

普段の水分補給は**食事がしっかりとれていれば水やお茶で十分**です。ナトリウムや電解質は、食事から十分に補給できるからです。

経口補水液は応急処置用、スポーツドリンクは汗をかく場面での水分補給に勧められていますので、使い分けを知りみんなで暑い夏を乗り切りましょう。

認定こども園つくしの森

医療的ケア児保育 支援事業

令和7年7月1日~

開始しました。



脱水かなあ〜? 《チェック方法!》

手の甲の皮膚をつまみ、パット離した後につまんだ跡が消えるまで3秒以上要する場合、水分が不足しているようです。

病後児保育《よつばルーム》ご利用について

日時: 月曜日~土曜日 午前7時30分~午後6時

※ただし日曜日、祝日、お盆(8/13~15)、年末年始(12/29~1/3)、認定こども園つくしの森の行事等により利用困難な日は、お休み

料金: 鱈ヶ沢町の児童 500円 ・ 鱈ヶ沢町以外の児童 1,000円(おやつ・給食費200円)

対象児童: 鱈ヶ沢町在住の6ヶ月~小学6年生まで(鱈ヶ沢町外の方も利用できます)

申込手続: 利用日前日までに認定こども園つくしの森へ電話申し込みのうえ、利用申請書を提出 ※事前に登録申請が必要

持参する物: 着替え、オムツ、医師の処方する薬など

その他: いつ頃から病後児保育の利用が可能なのか、必ず医師に確認して下さい。

★詳しくは認定こども園つくしの森にお問い合わせ下さい ☎ 0173-72-2704

★事前登録用紙、申込書は役場ほけん福祉課にも設置してあります。 ☎ 0173-82-0954

よろしくね!

