



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。

新しい1年がスタートしました。今年は、どんな1年になるのでしょうか？今年も元気に過ごすために、**食事、運動、睡眠のバランス**を大切にしていきましょう。子どもは風の子！これからは、寒さに負けずに雪遊びを楽しむ姿が見られるようになります。子どもたちの元気な「笑顔」はきちんとした体調管理ができてこそ生まれるものです。免疫力アップの為に生活リズムを整えましょう。感染症が流行しやすい時期です。感染予防対策（手洗い・うがい・マスクの着用等）をしっかりと行いましょう。

油断できない **かぜ**

かぜは年齢が低いほど、中耳炎や気管支炎、肺炎などを起こしやすくなります。気管の弱いお子さんの場合は、のどがゼーゼーしたり、長引いたりする傾向があります。早めに診察を受けましょう。

冬のかぜによくある特徴

せき・鼻水・
のどの炎症・
発熱

→ **呼吸器系**にくるかぜ

下痢・おう吐

→ **消化器系**にくるかぜ

インフルエンザの症状も、急激な発熱とせきや鼻水など、通常のかぜと大きな変わりはありません。流行時は、医療機関を受診し、診断を！

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
38～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行すること	感染	インフルエンザと比べると感染率は低い
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ることは少ない

インフルエンザと かぜの違い



- ・なるべく人混みを避ける。
- ・部屋の湿度は、50～60％位に。
（こまめな換気を心掛けましょう）
- ・十分な睡眠・休養をとる。
- ・バランスの良い食事
- ・十分な水分補給

・**手洗い・うがいも忘れずに！**

冬の感染症の予防策として

鼻水が長引くのは 病気のサイン!?

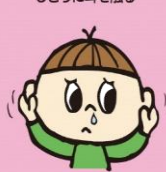
鼻は呼吸や病気の予防に役割を果たす大切な気管。気になる症状があったら、耳鼻科を受診しましょう！

かぜをひいていないのに、しょっちゅう鼻が詰まったり、鼻水が出たりしている



→ **アレルギー性鼻炎**や**副鼻腔炎**などの疑い

鼻詰まりがあり、しきりに耳を触る



→ **急性中耳炎**の疑い

いつも目やにや鼻水が出ている



→ **鼻涙管閉そく**や**結膜炎**の疑い

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

対象児童 : 鯉ヶ沢町在住の6ヶ月～小学6年生まで（鯉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、必ず医師の確認して下さい。

★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！

