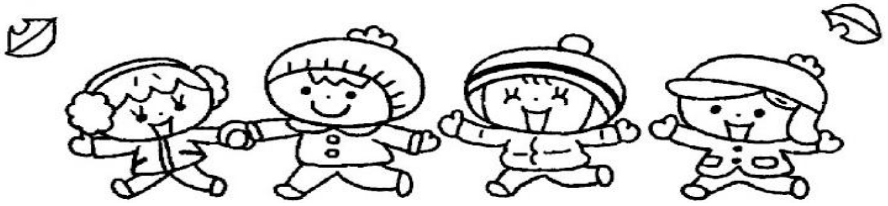
病児・病後児保育園
こあら通信
たっち！
2026年　10月　No.67
発行者　病児・病後児保育園こあら
住　所　各務原市蘇原東島町 4-6-2

朝夕の空気がひんやりと肌寒くなってきました。
これから秋が深まり、食べ物がおいしい季節となります。
旬の物は栄養たっぷり、秋の食べ物は体を温めてくれるので、体温を上げて病気に負けない身体を作っていきましょう。

最近、いろいろな感染症が流行っています。

冬に負けない体を作ろう

乾燥している冬には、いろいろな病気が流行します。抵抗力と免疫力をつけて、病気になりにくい体を作りましょう。そのためには、ビタミンを多く含むにんじんやトマト、キャベツ、リンゴなどの野菜と果物を十分にとることが肝心です。この他、海藻や納豆も抵抗力と免疫力を高めます。これらは、のどや鼻の粘膜を強くするので、風邪予防はもちろん、肌をツヤツヤにする効果もあります。
元気な体で冬を乗り切りましょう。



RSウイルスについて

東海中央病院小児科　上野たまき

大人や年長児では風邪症状だけですが、あかちゃんでは細気管支炎といって、喘息のようにゼーゼーして呼吸が苦しくなることがあります。
また、大量にでる鼻水も呼吸しづらくなる原因になります。

小さい子しか病状が悪くならないため、検査も乳児に限られていますが3～5才と少し大きい子でも症状の重い子がみられます。

特効薬はないので、喘息に準じた治療と、鼻水の吸引で経過をみますが咳き込んで繰り返し吐いてしまう場合や、ゼーゼーが強く酸素が必要な場合は入院が必要です。

飛沫感染と接触感染があり、小さい子はマスクが出来ないこと、鼻水も手でさわってしまうことから、しばしば保育園では流行してしまいます。

10日は「目の愛護デー」です

近年スマホなどにより視力低下が心配されています。時間を決めるなど上手に使用していきたいですね。「こあら」では充血がある、目ヤニが出る、かゆみがあるなどの症状がある場合、診断結果によってあずかりができない事もありますのでご了承ください。

お子さんの体調をみながら、今月はハロウィンの製作遊びをしたいと思います。切ったりのり付けしたり一緒に作ろうね。



病児保育園 こあら

時　　間　平日　８：００～１８：００（再診の場合）
利 用 料　2,０００円（多子世帯児補助金制度あり）
登録方法　毎年度更新です　市役所での登録をお願いします

対象年齢　各務原市内または県内の協定を結んだ市町村に住所がある小学６年生までの児童
（市町村によってお預かりの年齢が異なることがありますのでお問い合わせください）

ご不明な点などございましたら、電話にてお問合わせください。（14 時～17 時）

☎０５８－３２２－３５６７