



びいびくんのあへや

浜田市病児・病後児保育室
第27号 令和6年6月 発行

6月になりました。梅雨の季節。早くもカエルの鳴き声を聞きました！季節は春から夏へと変わります。日中との寒暖差や日々の気温の変化で体調を崩していませんか？
疲れをためないように、まずは早寝早起きから。朝ごはんをしっかり食べて、元気に過ごしましょう。

びいびくんの利用状況

5月のご利用人数 28人

病名 喘息・喘息様気管支炎・感冒・感冒様症候群
病状 ・発熱・咳・鼻水（高熱が続く、咳や鼻水が頻繁に出る子どもさんを多く預かりました）

島根県西部の感染症情報(第21週 5/20~26)

A群溶連菌咽頭炎・・・流行で急増している

手足口病・・・やや流行で増加傾向

RSウイルス・咽頭結膜熱・・・やや流行

インフルエンザB・・・終息 新型コロナ・・・横ばい

*基本的な感染予防対策を続けましょう

島根県感染症情報センターより

食中毒予防 3原則

付けない 増やさない やっつける
(清潔・洗浄) (迅速・冷却) (加熱・殺菌)

食中毒の予防には6つのポイント

- 1、食品購入時 消費期限のチェック 寄り道しないですぐ帰宅
- 2、家庭での保存 冷蔵庫へすぐ保存 冷蔵10℃以下 冷凍-15℃以下
- 3、下準備 こまめに手洗い・包丁の熱湯消毒
- 4、調理 作業前の手洗い・中心温度75℃以上1分以上加熱
- 5、食事 食事前の手洗い・清潔な器具や食器を使用
- 6、残った食品 清潔な容器で保存 早く冷えるように小分け

出典：厚生労働省 食中毒予防の6つのポイント

小学生4人に1人便秘？

入学などの環境の変化がきっかけで便秘になるとされ、それが続くと集中力や意欲の低下などに影響があるそう。
保護者は、トイレの回数をチェックしたり、便の状態を子どもと共有しましょう。

便秘が疑われたら、水分・運動・食事の視点で、生活習慣の見直しをしてみましょう！

- * **水分** 水筒は空っぽになったかな？
- * **運動** 室内遊びばかりではないかな？
- * **食事** ごぼう等水溶性食物繊維を含む食材を食べよう！

出典：NPO 法人日本トイレ研究所

みんなのウンチはどんなかたち？

コロコロ・ごつごつ・ひび割れ・なめらかバナナ？

やわやわ・どろどろ・しゃぼんしゃぼん？

チェックシートで見よう！



ペットボトルキャップをアンパンマンのお口に入れる遊びに夢中です。(穴落とし)



木製のパズルに挑戦中！ピースにつまみがついていて扱いやすいパズルです。



〈けがの対応〉

頭をぶつけた！受診すべき？

子どもが頭をぶつけた時はどう対処したらいいのでしょうか？

*けいれんやぐったりして明らかに意識が悪いと思ったら救急車を呼ぶ。

***頭が変形**（ピンポン球のように骨にへこみあり）や意識があっても頻繁におう吐する場合は**すぐ受診**する。

急激に症状が悪くなる場合が多いが、まれにあとから様子が悪くなる場合もあるので、48時間程度は見守りましょう。

どうするか『迷ったら受診』しましょう。心配なことを、心配のままにしておくことはつらいですよ。

出典：山陰中央新報 教えてYUBI先生 育児のヒント

浜田市 病児・病後児保育室

びいびくんのあへや

所在地：浜田市田町 757 番地 3

電話：0855-25-1122

開設日：月曜日～金曜日

(土日・祝日・8/13～16・12/29～1/3 除く)

保育時間：8:00～18:00

対象児童：生後8週から小学校6年生まで

(市内在住・市内に通所・通学しているお子さん)



年度登録とかかりつけ医の診療情報提供書が必要です
詳しくはQRコードから！

