



松尾小児科
こどもデイケア

さくら

令和5年7月号

管理栄養士さんのおはなし



初めまして！ 管理栄養士の奥村です。
4月から新しいメンバーで調理しています。
体調の悪いお子さんが食事食べて元気になっていただけるように作っていきたくと思います。
これからよろしくお願いたします♪
体調が悪い時の食事には、より細かい配慮が必要となります。離乳食やアレルギー食については提供できませんので、ご家族の方がご飯・おやつをご準備ください。
保育食について
食事ですがお子さんの体調、食欲に合わせて4種類用意できます。
【ご飯、おかゆ、おにぎり、うどん】の中から好きな主食を選ぶことができます。



さくらお休みのお知らせ

7月 13日(木) 14日(金) 15日(土)
8月 12日(土)
お休みさせていただきます。
8月 14日(月) 15日(火)
利用できます。

いつも「さくら」をご利用いただきありがとうございます。
もうすぐ夏休みに入り、子ども達はプール・夏祭りなど様々な夏のイベントを心待ちにし、ウキウキしていることでしょう。
水の事故や花火による火傷など危険が増えますので、安全には十分気をつけて、ご家族で楽しい夏の思い出を作ってくださいね。
さくらでは今、上気道炎・気管支炎など喉の炎症で熱が出るそんなお子さまの利用が増えています。夏の暑さで食欲も落ちてしまいますね。暑い夏だからこそ栄養のある物をしっかり摂って、こまめな水分補給を心がけ、元気な毎日を過ごしましょう。



給食 紹介



おうちの方と食べやすい主食を選び、「お腹空いた～」と言いながらボリューム満点の給食を喜んで食べられています。



おにぎり



うどん



おかゆ

水分補給が大切！

子どもの体の70%が水分 脱水を起こしやすいので要注意！

体温の調節機能が十分発達していないにもかかわらず、代謝が活発な乳児・幼児は、脱水を起こしやすいので、特に注意が必要です。

脱水になりやすい条件

- 汗をたくさんかいている
- のどが痛く、水分がとれない
- 食欲がなく、水分もとれない
- おう吐や下痢をしている

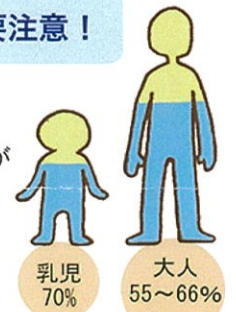
脱水にならないために

- 外出前、遊ぶ前から、前もって少しずつ水分をとる
- 汗をたくさんかくと塩分も排出されるので、食事におみそ汁やスープなどを加える

※子どもはのどがかわいても自分では言えないので、保護者が積極的に飲ませるようにしましょう。

初期の脱水のサイン

- トイレに行く回数や、おしっこの量が少ない（おしっこの色が濃い）
- 汗をかいてない
- 唇や皮膚が乾燥している



脱水のサインが見られたら

● 経口補水液（またはスポーツドリンク）を少しずつ飲ませる
※経口補水液は脱水症状が見られたときに飲むものなので、日常の飲料として使用すると塩分・糖分のとりすぎになるので注意しましょう。

脱水が進行すると

- 顔色が悪い
- ぼーっとしてる、元気がない、ぐったりしている
- 体温が上がる、逆に皮膚が冷たくなる



先月の製作



さくらで製作した作品は、持ち帰っていただくか、松尾小児科の廊下に飾らせていただいております。診察待ちの時間にぜひご覧ください！



手作りおもちゃ

子供たちの遊んでいる姿から考え、ボールを入れる穴や、音の鳴るオモチャを保育者が手作りしました。



病児保育の利用金額について

- 利用料 ￥2000円
- 給食代 ￥250円
- おやつ代 ￥50円×2回分

※できるだけ釣銭のいらぬようにお願いします



※おねがい※

これから汗をたくさんかく季節になりますので、着替えを多めに持ってきてください！

夏の肌トラブル

蚊

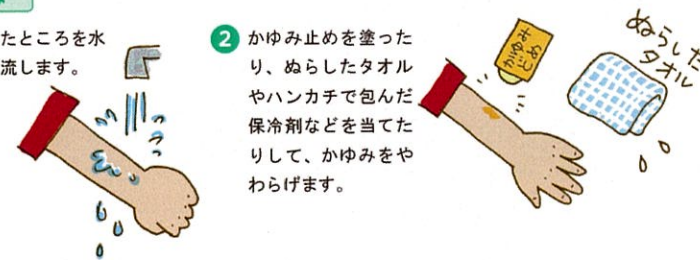
に刺されたとき

大人が蚊に刺されるとすぐにはれ、じきに治まります。ところが、小さな子どもは、刺されてしばらくたってから、びっくりするほど大きくはれて水ぶくれができることもあります。かき壊さないよう、早めに手当てしましょう。

ケアは

① 刺されたところを水で洗い流します。

② かゆみ止めを塗ったり、ぬらしたタオルやハンカチで包んだ保冷剤などを当てたりして、かゆみをやわらげます。



あせも

ができたとき

汗を分泌するところに、汗やほこりなどがつまって炎症が起こった状態です。汗をかきやすい部位に赤い小さなポツポツがたくさんできて、かゆくなります。

ケアは

シャワーなどで汗をよく洗い流します。外出先などでは、汗の成分が皮膚に残らないよう、ぬらしたタオルで汗をふき取りましょう。

予防は

汗をよく吸い取る綿の肌着やシャツを着せましょう。



とびひ

ができたとき

皮膚をかきむしって傷ができたところに、細菌が感染して、ジクジクした湿しん(とびひ)ができます。とびひは感染力が強いうえに、ひどくかゆいため、かいた手で体のほかの部分に触ると、そこにも湿しんが広がります。

ケアは

シャワーを浴び、皮膚の清潔を保ちます。かき壊して広がる、周りに感染するのを防ぐためにガーゼなどで保護することがあります。

肌トラブルを防ぐために

- 皮膚を傷つけないように **つめを短く切る**
- かゆみをやわらげるように **冷やす、かゆみ止めを塗る**
- 治りが遅い、広がった、湿しんが変化したときは、**小児科や皮膚科を受診**

治療は

抗生薬の塗り薬を使います。よくならないときは抗生薬の内服をします。

申し込みについて

(時間によって、対応場所が変わります)

- ① 18:30~22:00 病棟へ
翌7:30~8:30 病棟へ
☎080-6268-2259 または ☎28-0002
- ② 朝8:30~ 松尾小児科へ
☎28-5570

☆キャンセルの場合は朝8:30までにご連絡下さいますようお願いいたします。