

そらまめーる

吹き抜ける風がますます冷たくなり、冬本番を迎えています。寒さのあまり、土や草も硬くなっていますが、霜柱のさくさくした音にどことなく和みを感じます。

さて昨年10月25日開設した「病児保育室そらまめ」では、子ども達が家庭の中のように安心して過ごせるように日々心がけています。これからインフルエンザの流行が予想され、感染性胃腸炎等も増えてくると思われます。「あと少し用心させたいな〜」とか「元気なだけで、でももう少し心配・・・かといって仕事をこれ以上休めない・・・。」などそんな回復期にもぜひご利用下さいね。急を要する場合は、当日の「登録・申請」が可能になりました。
※ただし、利用定員に満たしていない場合に限りです。

* * * 利用の様子 * * *



これまでに、感染性胃腸炎と、気管支炎で2名の利用がありました。少し気分がよいと、おままごとをしたり、絵本を読んだりとゆったりと1日を過ごしていました。(^-^)

食事で 免疫力・体力UP

冬はインフルエンザなどの感染症が流行する季節。まずは体をあたためる料理で体温を上げましょう。

免疫力アップ ビタミン、ミネラルの多い食材…緑黄色野菜や果物

体力をつける 発酵食品…納豆、味噌、ヨーグルトなど



体に優しい入浴法

お風呂に入る時は、まずかけ湯をしましょう。湯ぶねで体をあたためた後は、優しく体を洗います。そしてもう一度湯ぶねにつかってから出ましょう。体や髪の毛を拭いた後は水分補給をして、しばらくゆっくり過ごします。



登録はお済みですか？

病児保育室の年度利用登録はされていますか？ まだの方はぜひ登録を！

登録・利用に関するお問い合わせは、病児保育室もしくは市ホームページをご確認下さい。⇒

<病児保育室そらまめ> TEL 0790-62-8686



市 HP QRコード