



足を踊る色とりどりの落ち葉や頬を刺す冷たい風に
晩秋を感じる季節となりました。

感染対策をしっかり行って、感染症に負けない
身体づくりを心がけましょう。



10月の疾患別利用状況

- 急性上気道炎
- 手足口病
- 気管支炎
- 流行性結膜炎
- 扁桃腺炎

など

事前登録は随時受け付けています

お子さんが元気なうちの登録をおすすめしています。

登録の際は、**事前に電話での予約**をお願いします。

母子健康手帳・健康保険証・こども医療費受給者証が必要
になります。必ずマスクの着用をお願いします。

熱がある時のホームケア

発熱は、からだに備わった防御反応のひとつです。からだの中に入ってきたウィルスに対して、
体温を上げることで闘っています。熱以外の症状がなく、水分や食事がとれている場合は、慌て
ずにその後の経過を見ていきましょう。

布団の 調節は？



熱があるのに手足が冷たい
ときは、熱がまだ上がりきっ
ていないサイン。寒さを感じ
やすいので、布団をしっかり
かけて温めます。逆に、手足
がポカポカしているときは、
布団を減らして過ごやすく
してあげましょう。

汗を かいたら？



汗をかくと体から水分が出ていくため
脱水の原因にもなります。汗をかいてき
たら薄着にしましょう。汗をそのままにし
ておくと、あせもやかゆみのもとに。熱
が高くお風呂に入る元気がないときは、
温かいタオルでふいてあげましょう。お
風呂に入れるなら、ぬるめのお湯やシャ
ワーでサッと洗ってあげましょう。

熱を 下げるには？



首の周り・わきの下・足
の付け根など太い血管の
ある部分を冷やします。
冷却シートの他には、小
さめの保冷剤をガーゼな
どで巻いて、服の上から
当てることも効果的で
す。
※冷却シート使用の際
は、シートがずれて口や鼻
を塞いでしまわないよ
う、保護者の目の届くと
ころで使用して下さい。

食事は？



嘔吐や下痢など他の症状がなければ、食べ慣れた
消化の良いものにしましょう。

発熱時はいつも以上に水分が失われていきます。
湯冷まし・果汁・イオン水など本人が飲みたがるもの
をこまめにとりましょう。(母乳やミルクも同じです。)



みなみっくる
LINE
公式アカウント

新潟市病児・病後児保育事業

新潟白根総合病院併設 病児保育室 みなみっくる

新潟市南区上下諏訪木770-1 TEL 025-378-0755

(受付時間は平日の8:00~17:30 土・日・祝日はお休みです)

キャンセル専用留守番電話 025-374-7730 (24時間対応)