病児保育室 みなみっくる

2025年 8月号 №62

照りつけるような太陽と青々とした葉っぱが、本格的な夏の訪れを感じさせます。
暑い時期なので、しっかり休息をとりながら、楽しい夏を元気に過ごしましょう。

7月の疾患別利用状況

- ○急性上気道炎
- ○百日咳
- ○急性胃腸炎
- ○不明熱
- ○結膜炎
- ○感冒

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。

～熱中症に気を付けましょう～

子どもは、体温を調節する機能がまだ十分に発達していないため、熱中症になりやすいといわれています。熱中症を防ぐためには、それぞれの場所に応じた対策をとることが大切です。

屋内では

- ・エアコン等で温度を調節
- ・遮光カーテン、すだれを利用
- ・室温をこまめに確認
- ・暑さ指数(WBGT値)も参考に

屋外では

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用・こまめな休憩
- ・天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える

からだの蓄熱を避けるために

- ○通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- ○保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても
こまめに水分を補給しましょう

8月31日は、やさいの日　8（や）3（さ）1（い）

旬の野菜で夏バテ防止!!
暑さに負けない体を作ろう!!

子どもの好きな野菜 BEST3

- 1位　トマト
- 2位　さつまいも
- 3位　ブロッコリー

カゴメ野菜定点調査2024 より

～苦手な野菜を子どもが食べやすくする工夫～

- ・細かくして混ぜる
- ・スープにする
- ・茹でる・煮る
- ・普段と味を変える
- ・ジュースやスムージーにする

【休室のお知らせ】
8月15日(金)はお盆のため休室となります。よろしくお願いいたします。

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）