

病児・病後児保育室きしゃぼっぼ便り

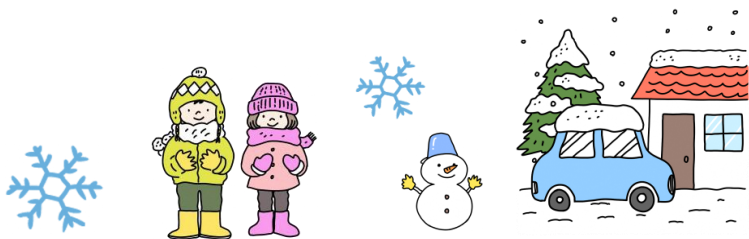
2024年2月号

暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いています。乾燥も気になる季節ですね。感染症、かぜやインフルエンザなどに負けないよう、予防に気を配りながら元気に過ごしましょう。



1月の利用状況

【年齢】	1歳 未満	3 %	【疾患名】	感冒	16 %
	1歳	22 %		急性上気道炎	13 %
	2歳	10 %		インフルエンザA	13 %
	3歳	23 %		咽頭結膜熱	35 %
	4歳	23 %		その他	23 %
	5歳	19 %			



お知らせ

- ☆予約のキャンセルは留守番電話(0250-25-7090)で24時間受付可能ですが、必ず当日の朝7時30分までにご連絡ください。
- ☆予約は前日または当日のみになります。
- ☆ご家庭内で体調不良の方がいる場合はお知らせください。ご協力の程、よろしくお願いいたします。

子どもの花粉症、増えてきている？



子どもの花粉症は年々増加傾向にあります。スギ花粉の飛散量が増えているのも原因といわれています。もともとアレルギー体質の子どもは、発症のリスクが高くなる傾向がみられます。

子どもの花粉症、症状は？ かぜと似ている？

①鼻水の状態

かぜの場合は、黄色く粘りがある。花粉症の場合は、透明でサラサラしている。

②目や皮膚のかゆみ、充血

花粉症の場合は、目や皮膚のかゆみができます。手で顔をこすっていないか、注意して見てあげましょう。

③くしゃみ

◎花粉症は何科に受診？

総合的に診てくれる小児科にまず受診しましょう。



☆子どもの 花粉症対策！！

- ・室内の湿度を高めて保湿。
- ・保湿クリーム、ワセリンをぬる。
- ・マスクや花粉症対策メガネを使用する。



花粉症におすすめな食べ物は？

- ・乳酸菌（ヨーグルト、乳酸飲料）
- ・ビタミンD（きのこ類、しらす、いわしなど）
- ・食物繊維 水溶性食物繊維（わかめ、ひじきなど海藻類、いも類）
不溶性食物繊維（ごぼう、大豆など）

〔他には…？〕

梅干し、緑茶、根菜類などおすすめですよ！！



☆花粉症やかぜ予防には共通して、帰宅時の手洗いうがい大切です。バランスのよい食事にも心がけて、免疫力を高めていきましょう。

新潟市病児・病後児保育事業

下越病院併設 病児保育室きしゃぼっぼ

〒956-0814

新潟市秋葉区東金沢町1459-6

TEL 0250-23-5170

(受付時間 7:45~18:15 土日祝日休み)

