

❄️ 病児保育室だよ！ ❄️

平成30年12月

寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じられる頃となりました。あつという間に年内最後の月となりました。12月はクリスマスやお正月休みと楽しみがたくさんあります。体調管理を行い、元気に過ごしましょう。

高石市病児保育室

事前登録	FAXまたは郵送 住所…〒592-0002 高石市羽衣 4-4-26 FAX…072-267-0081 (FAXで登録された方は利用初日に必ず登録用紙の原本をお持ちください) 直接ご持参していただく場合は診療センターへお越しください。
開室日	月曜日～金曜日(国民の休日・国民の祝日・年末年始を除く)
対象のお子さま	高石市内に居住で満1歳～小学校3年生
定員	1日3名(感染症予防のため1日1疾病となります)
利用料	1人1日2000円
食事	お弁当・おやつ・飲み物を持参 別途500円で提供可能 (離乳食・アレルギー対応はしていません)
予約 (お問合せ先)	☎072-247-8488 当日の場合 9:00～10:00 前日まで 9:00～17:00 の受付となります。

※病児保育室利用(予約)の際は必ず医師連絡表(診療情報提供書)が必要です。

ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

※キャンセルをされる場合は、必ずご連絡ください。キャンセル待ちのお子さまが、ご利用いただきやすい様、ご理解・ご協力よろしくお願いたします。

これからの時期、ノロウイルスやインフルエンザが流行しやすくなります。体調が悪い時、「お風呂に入れてもいい?」「食事が全然とれない…」「おうちに居る時間が長いけど…何して過ごせばいいのか…」等、おうちでのケアで迷うことはありませんか?

「お風呂に入れてもいい?」

38度以上の発熱がある場合は体力が消耗しやすく、脱水症状をおこしやすいので、おすすめしません。熱が上がりが始める時期は、お風呂で高熱となり熱性痙攣を起こす例もあるので、要注意です。回復期に入ると新陳代謝や皮膚を清潔にする意味で、入浴することも良いかと思いますが、迷った時は、かかりつけ医に相談しましょう。

「食事が全然とれない…」

嘔吐や下痢・食事がとれない時間が続くと不安になってしまい、お粥だけでも食べてくれたら…と心配になります。しんどくて食べられない時は、経口補水液やジュース等でも良いので、しっかりと水分を摂りましょう。食べられるものから少しずつで良いので、無理をせず、ゆっくりとすすめましょう。かかりつけ医に相談すると安心です。

「おうちに居る時間が長いけど…何して過ごせばいいのか…」

風邪や体調不良が続くと、室内で過ごす時間が長くなり、イライラし、外へ出てあそびたくなりますが、外にはたくさんの菌があり、病気が悪化することもありますので、外出は控え室内で過ごすようにしましょう。室内で安静に遊べるあそびを、いくつか紹介します。粘土あそび(型抜き等しても楽しいです)・お絵描き・絵本・ピースあそび・塗り絵・製作あそび・DVD鑑賞(目が疲れるので時間を決めて観ましょう)・窓から外の景色を楽しむのも気持ちよくなって良いでしょう。トランプやボードゲームも良いですが、計算が必要なゲームや頭を使うゲーム(あそび)は、疲れてしまうので気をつけましょう。



～年末年始のお知らせ～

高石市病児保育室は、

平成30年12月29日～平成31年1月3日までお休みとなります。

年始の予約は平成31年1月4日午前9時からとなります。