



太陽の子保育園平成 15年 2月

お正月明け早々は園でも頭ジラミで皆さん心配されたと思いますが、思ったより広がらず一安心。ご家庭での毎日の髪の毛チェックありがとうございました。もう少しご家庭での観察頂ければと思います。今、園でも 数名インフルエンザに罹っているおともだちがいます。又、全国各地でもインフルエンザが流行しています。高熱が出たら早目に医師の診察を受けましょう。

冬に多い感染症 冬は、寒さと乾燥状態を好むウイルスが大活躍します。乳幼児には、負担が大きい感染症です。



ロタウイルス下痢症 (白色便性下痢症)

◇好発年齢：6ヶ月～1才代が圧倒的に多い。

◇症状：嘔吐で始まり、下痢は少し遅れて起こる。発熱を伴うこともある。

下痢は、細菌性下痢(ドロドロ)と違って、水様性(サラサラ)で、色は淡黄色～白色で、頻回。

◇ケア：嘔吐と下痢のため、容易に脱水症になるので注意が必要。吐いたら、まず数時間～半日程度食べさせない。吐気がおさまっているようなら、乳児用イオン飲料、白湯、番茶などを一口飲ませ、吐かなかったら少し時間を置いて、何回にも分けてあげる。吐いてしまう時は、点滴などが必要になるので病院に行く。

◇食事：便が水様性で頻回の時は、野菜スープ、味噌汁、重湯など。便の回数が落ち着いてきたら、お粥、煮込みうどんなど、炭水化物の軟らかい食べ物を加える。便が良くなっていくのを見ながら、豆腐、白身の魚、軟らかく煮た野菜など種類を増やし、1週間以上かけて普通に戻す。

牛乳、卵、ヨーグルト、果物、繊維の多い野菜は回復するまでダメ。

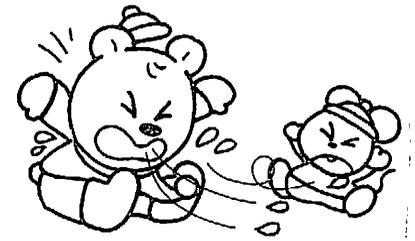
姿勢を正しく

背筋をピンと伸ばして元気に遊ぼう!

寒いと両手をポケットに入れて、背中を丸めている姿をよくみかけます。これではとっさの時に手をつけて体をまもることが出来ません、顔面や口腔のけがの原因にもなっていきます、気をつけましょう。

丈夫な骨と強い筋肉をつくるためには・

1. 乳児にはハイハイを十分にさせる。
2. 背筋を伸ばして土の上、坂道、草道、いろんな所をよく歩く。
3. 外で元気に遊ぶ、そしてバランスのとれた食事を何でもよく食べる。
4. テレビを見る時、食事の時、椅子に座っている時など、背筋を伸ばす。
5. 姿勢の悪い時は、マナーの問題だけでなく言葉がけするなど、大人の気配りが大切です。



こわい夢をみたら



子どもが見る夢は波瀾万丈。恐ろしい生き物が追いかけてきたり、見知らぬ街に迷い込んでしまったり…

時には、あまりにも怖くて、泣きながら飛び起きてくることもあるかもしれません。そんなときは、ギュッと抱きしめてあげましょう。自分を“こわいもの”から守ってくれる存在があるということは、子どもを強く勇気づけてくれるはずですよ。



癖はイケナイこと?

髪を触ったり、鉛筆を噛んでいたりと…。無意識に出てしまう癖、自分より周りの人の方が気づいていることも多いものです。癖が出るのは、こうしたいというやる気があるものの、思い通りに進まなくなった時です。癖は、行き場を失ったやる気(エネルギー)を消費しようとする行為なんですね。

子どもの癖、気になってしまうかもしれませんが、でも、子どもは一生懸命バランスをとろうとしています。大らかな気持ちで見守ってあげてくださいね。(参考：発掘! あるある大辞典WEBSITE)

<http://www.ktv.co.jp/ARUARU/index.html>

どんな姿勢が良いの? 悪いの?

