

2017年

12月号 おおきくなあれ

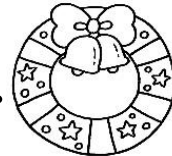
岐阜市芥見大般若1丁目84番地 河村病院 病児保育園クララ
HPアドレス <http://www.kawamura-medical.or.jp>



No. 213



12月に入り一段と寒さが増してきました。インフルエンザの流行も一部の地域で見られ、これからのいよいよ冬の病気との熱き攻防?も始まります。クリスマスソングにウキウキ気分の12月ですが、何かとせわしい師走…交通事故等も心配です。病気の面からも、生活環境の面からも、子どもたちをしっかりと守ってあげたいですね。楽しいクリスマスも、病気になってはつまらないですね。寒さに負けず元気に体を動かし、栄養のあるものをきちんと摂って、うがい手洗いを万全にし、クリスマスプレゼントがお薬になってしまわないよう頑張りましょう。そしてどの子も、パパママサンタの愛情に包まれて大きくなあれ!



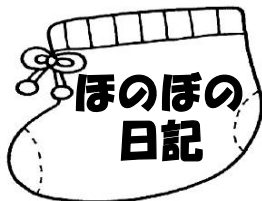
年末年始のお休みの

お知らせ

12月30日(土)

~1月3日(水)

小児科休診に伴い、
クララも休園します。
よろしくお願い致します



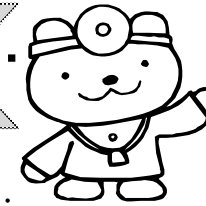
ほのほの日記

先日、手足口病で来所したMちゃん(4才)…お店屋さんごっこで楽しく遊び、折り紙でお財布も上手に作って、喜んで持って帰りました。その後、今度は風邪をひいてしまい再び来所されたのですが、その際、先日の折り紙財布をもってきた

Mちゃん…またお店屋さんをやる予定だったのかな?ニコニコしながら手に握っていました。ところが、その日、やはり風邪で来所していたT君(3歳)が、Mちゃんの財布を見ていっぺんに気に入ってしまい、“僕にちょうだいちょうだい”とおねだり。Mちゃんは“いいよ♡”と、すぐにT君の手に持たせてくれました。T君は、ままごと遊びをしている時も、食事をしている時も、ずっと財布を離さず手に持ったりポケットに入れたり…。『ごめんね、あとでT君とお財布作ったらMちゃんのお財布返すからね』と保育士がMちゃんに声をかけると、『いいよ、だってMちゃんね、お金まだ一杯もつとるで』という返事が返ってきました(笑)。優しいお姉さんのおかげでT君は一日ご機嫌ですごすことができ、お昼寝の際も、財布を手に握ったままスヤスヤ…そうだね♪貴重品はお手元に!だもんね(笑)。でも、お財布の中にはお金がいっぱい入ったままです…借金はいけません。午後からT君も自分のお財布を一生懸命作り、お金もいっぱい作りました。1円札?や50円札?もあったりして…大金の入ったお財布にT君にっこり…無事にMちゃんにお財布を返すこともできました。小さな紙のお財布と紙のお金に、優しさや可愛さ、純真さが、いっぱい感じられる一日でした。



山田Dr.のお話



厚着に注意!

なぜ寒くなくても

薄着が良いのでしょうか?それは…

- ①体温調節機能が育つから(人は肌で外気温の変化を感じ取ることで、体温調節をしているので、着込みすぎるとその機能を養うことができなくなるのです)
- ②自律神経の動きを活発にするから(暑いと汗をかくななどの体温調節をコントロールしているのが自律神経です。薄着で過ごすことで皮膚は気温の差を敏感に感じやすくなり、血管の収縮・拡張を繰り返す、体温調節機能が養われ、結果、自律神経のバランスが発達していきます)

③動きやすいから(厚着しすぎると動きづらくなります。子どもは大人より一枚少なめで大丈夫です。)



※寒いと感じたら重ね着をし、こまめに衣類を脱ぎ着する習慣を身につけ、下着は綿100%のものを選びましょう。



クララのお部屋は暖房が効いてホカホカです。裏起毛のモコモコトレーナーじゃなくても大丈夫ですよ♪



*手洗いうがいはしっかりと
マスクもよろしくね

食育のお話を聞いてきました♪



先日ある研修会で「食育」についてのお話を聞く機会がありました。子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」の位置づけが重要であることを改めて感じました。一部をご紹介します…『子どもが好きなもの、食べたいものを増やすためには』→五感(視覚、聴覚、嗅覚、触覚、味覚)を「プラス情報」と結び付けて脳に蓄積させることで、その食べ物に関する情報をおいしいもの、食べたいものと処理できるようにすることがたいせつです。では子どもにとってプラス情報とは…①食事の場が楽しい雰囲気であること、②子ども自身がお手伝いをしたり、買い物、栽培、収穫、盛り付けなど食のプロセスに関わること…などがあげられます。おつまみやお味見も重要な食育の一環です。楽しかった、面白かった、おいしかった、と、心が動くことでプラス体験を増やしてあげましょう。「頑張って食べなさい」「食べないと大きくなれないよ」…では心は動きにくいものです。

