

2018年 11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.kawamuramedical.or.jp>

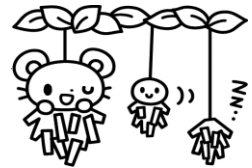
No. 224

布団のぬくもりにホッとする朝。ほっぺをなでる冷たい風。足取りが速くなる夕暮れ。全身で秋から冬への移り変わりを感じられますね。

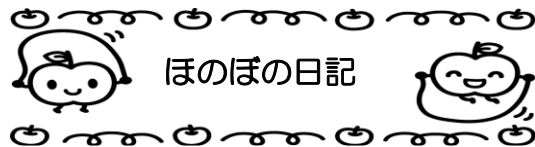
1年を24に分けて季節を表す、二十四節気のひとつが立冬。例年11月7日頃で、冬の始まりとされています。同時に、空気が乾燥し、感染症が流行り始める時期です。気を付けたい感染症は、インフルエンザ・ノロウイルス・ロ



タウイルス・クループ症候群・溶連菌感染症などです。通っている幼稚園



保育園、小学校の感染症の発生情報を気にしつつ、外から帰ったら、手洗い・うがいを徹底できるといいですね。

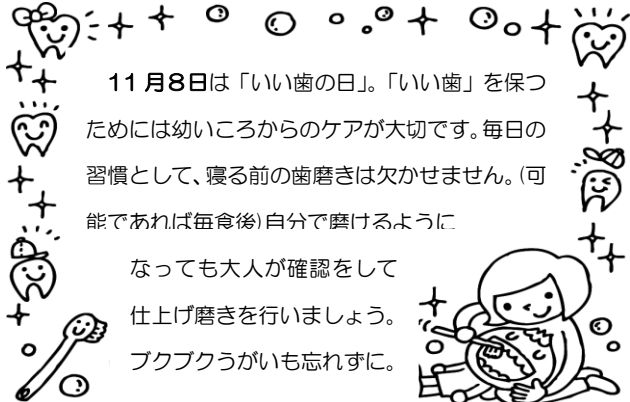


ほのぼの日記

10月は、咳・鼻水が出る風邪の症状の子が多く、その他は胃腸炎、気管支炎の子がみえました。また、感染症では、アデノウイルス、溶連菌感染症、インフルエンザのお子さんも数名、来所されました。

1歳、2歳、4歳の子がいた保育室での話。みんな男の子ではあったのですが、年齢も違ったので最初は、それぞれ違う遊びをしていました。しばらくすると、4歳の男の子が年下の子と手をつないで、一緒に遊ぶ姿が。それだけでも、とても微笑ましいのですが、4歳の子が移動すると1歳、2歳の子も、急いでお兄さんの後を追う姿がありました。すっかり仲良しになり、お昼寝の時も手をつないで嬉しそうに3人。帰りも『バイバイタッチ』で元気にさよなら〜(^^)異年齢での関わりを大事にし、

子どもたちの良さを認めながら、これからも保育していきたいと思いました☆



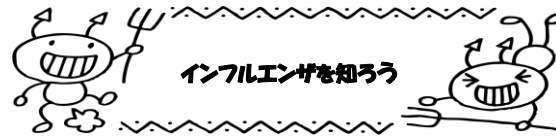
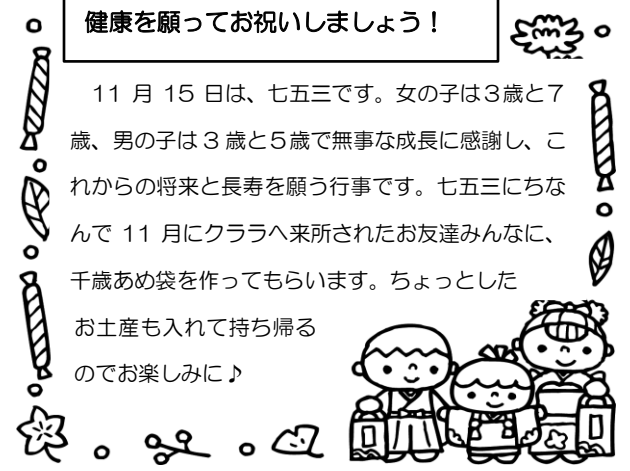
11月8日は「いい歯の日」。「いい歯」を保つためには幼いころからのケアが大切です。毎日の習慣として、寝る前の歯磨きは欠かせません。(可能であれば毎食後)自分で磨けるように

なっても大人が確認をして仕上げ磨きを行いましょう。ブクブクうがいも忘れずに。



健康を願ってお祝いしましょう!

11月15日は、七五三です。女の子は3歳と7歳、男の子は3歳と5歳で無事な成長に感謝し、これからの将来と長寿を願う行事です。七五三にちなんで11月にクララへ来所されたお友達みんなに、千歳あめ袋を作ってもらいます。ちょっとしたお土産も入れて持ち帰るのでお楽しみに♪



インフルエンザを知ろう

インフルエンザとは?

くしゃみや鼻水、熱が出るなどの症状があれば、一般的に「かぜ」と総称されます。ひとくちにかぜと言っても、原因となるウイルスは何種類もあり、インフルエンザウイルスはその中の1つといえます。インフルエンザにかかる人は毎年多く、割合は少ないとはいえ、肺炎、熱性けいれん、脱水症などの合併症を起こします。

毎年流行するわけ

インフルエンザウイルスには、A型とB型があり、1度かかるとある程度の免疫ができますが、ウイルスは、毎年のように少しずつ変化を繰り返しています。

例年、12月頃から流行するインフルエンザ。インフルエンザワクチンの接種も始まっていますが、今一度、インフルエンザについて確認し、感染を防ぎましょう!

かからないためには?

予防対策の中心は、予防接種ですが、インフルエンザワクチンは、発症を完全に防ぐことはできず、またインフルエンザワクチンの持続性も短期間です。ワクチン接種後、体の中に免疫ができて予防効果を発揮しだすのは、人によって個人差がありますがおおむね2~4週間かかります。予防接種をする場合、12月の流行期に入る前にしたほうがよいですね。

日常生活の中で気を付けること

- ◎手洗い(感染予防の基本。接触感染予防に効果が高い)
- ◎うがい(口腔内の保湿。のどをきれいにして、粘膜を滑らかにすることで、ウイルスの侵入チャンスを少なくする。)
- ◎マスク(自分が感染するのを防ぐという効果もあるが、咳、くしゃみをした時、飛沫が飛び散るのを防ぐところから、人にうつすのを防ぐ効果の方が高いと考えられる。)
- ◎極力、外出しない(流行期に、予定があるからといって、少し熱があっても無理をして人混みに出るようなことはやめましょう。)



仲岡ナースのつぶやき

【我慢】とは耐えること、辛抱すること、堪えることなどと言います。

今どき?と思われるかもしれませんが、昔はよく使った言葉ですが、今はあまり使いませんね。親さんなら自分のお子さんに使われるかもしれませんが、他人が『我慢しなさい』というと、今、世間で言われている“パワハラ”に近いかもしれません。

病児保育室でも子どもたちにとっての【我慢】はあります。

- 痛み=小児科診察にて、舌圧子による口腔内チェックの時
- 寂しさ・悔しさ=親さんと離れる時
- 苦しさ・辛さ=喘息、高熱などの時、冷しながら臥床(がしょう)しなければならない時



そんな時、年齢に応じてよく理解してもらえるようにわかりやすく説明したり、納得してもらったりしています。

例) 口腔内を診察する時、「大きな口を開けて『アー』と声を出すと舌圧子を入れなくてもいいよ!!」とか、「大きく息を吐いたり、吸ったりするといいよ!!」と子どもにわかりやすく自然に納得してもらえるように声をかけます。熱のある時は、冷して安静にもらえるような言葉がけをしたり、年齢が低い場合は、遊びを交えたりしながら納得してもらいます。子どもたちには耐えること、辛抱すること、堪えること、我慢も知って大きく成長してほしいと願っています。