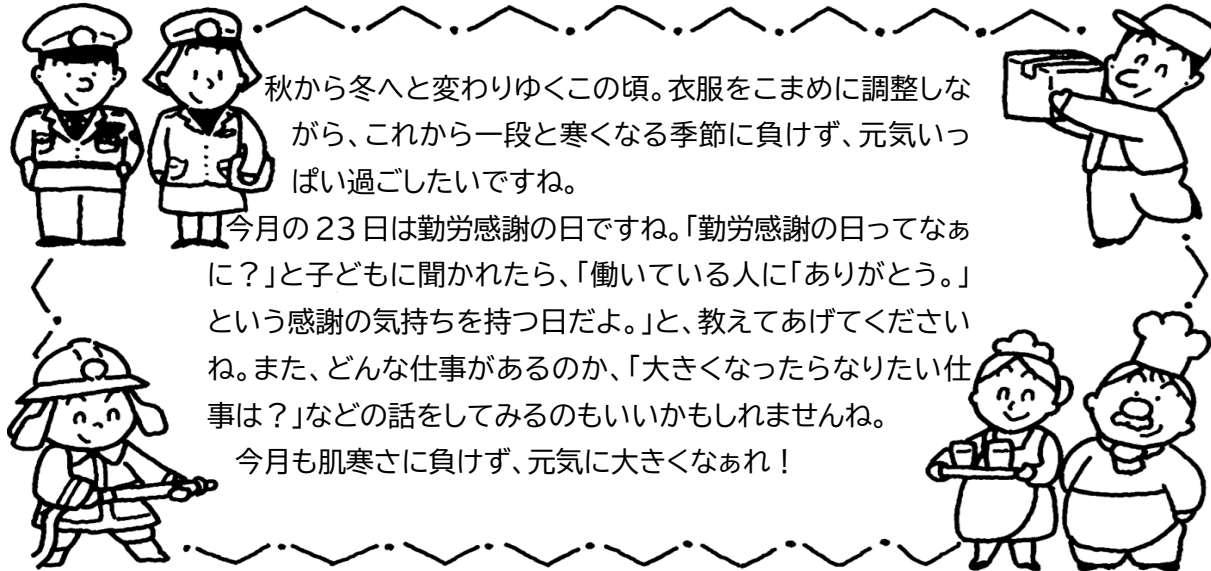


# 2024年 11月号 おおきくなあれ



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. 296



秋から冬へと変わりゆくこの頃。衣服をこまめに調整しながら、これから一段と寒くなる季節に負けず、元気いっぱい過ごしたいですね。

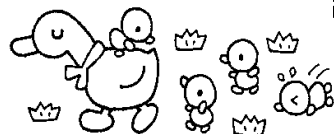
今月の23日は勤労感謝の日ですね。「勤労感謝の日ってなあに？」と子どもに聞かれたら、「働いている人に「ありがとう。」という感謝の気持ちを持つ日だよ。」と、教えてあげてくださいね。また、どんな仕事があるのか、「大きくなったらなりたい仕事は？」などの話をしてみるのもいいかもしれませんね。  
今月も肌寒さに負けず、元気に大きくなあれ！

## 寒い日の子どもの外遊び

寒くなってくると感染症も流行ってくるので、外遊びへ連れていくべきか悩みますよね。

文部科学省の調査では、外遊びの時間が多い幼児ほど体力が高い傾向にあるようです。子どもが「外で遊びたい！」と言い出してくれているのであれば、体力作り&成長のチャンスと思って、公園に連れて行ってあげるのもいいのではないのでしょうか。15分ほどでなかなか切り上げられず、帰れないときは、最初に「このアラームが鳴ったら帰ろうね。」と約束しておくのも

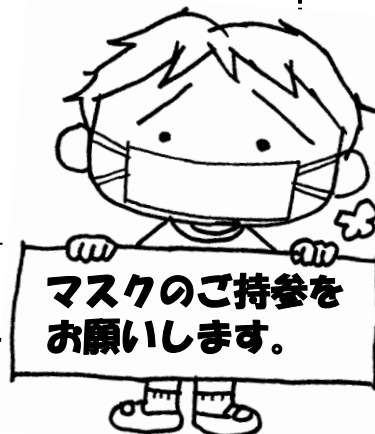
いいかもしれませんね☆



## <クララ利用時のお願い>

感染症が流行してくる季節になりました。保育園や小学校、ご家庭での感染もあるかと思えます。クララにも様々な症状のお子様が利用されています。感染症は別室での対応をさせて頂いておりますが、うつさない、うつらないように、お互いの感染対策が必要となります。

クララ利用時にマスクができるお子様は、マスクをご持参していただけるとありがたいです。息苦しい、どうしても外したい、午睡時などは外す対応をさせていただきます。



## 子どもの体温について

寒くなり体調を崩しやすくなる季節になりました。お子さんも気温の変化で熱がでやすくなると思います。今回は子どもの体温についてお話ししていきたいと思います。

### —子どもの体温の特徴—

子どもの体温は成人と比較すると0.5~0.6℃高いのが普通です。また、午前中は低めで午後になると高くなる傾向にあります。したがって、37℃を超えていても、必ずしも熱があるとはいえません。子どもは環境温度の変化を受けやすく、夏期の午後などは37.5℃を超えることもしばしばあります。

### —何℃ぐらいが熱とかがえればいいのか—

目安としては37.5℃以上あれば、熱があると考えても大丈夫です。実際には「何℃あるか？」より「普段の平熱に比べて何℃高いのか」のほうが重要で、日頃から健康な時の体温を測って、平熱を知っておくことが大切です。



### ○文化の日(11月3日)

・「自由と平和を愛し、文化をすすめる日」として制定されました。毎年11月3日には皇居で文化勲章の親授式がおこなわれています。文化勲章とは、文化・芸術・スポーツ・科学技術などの分野で、目覚ましい功績を挙げた人に対して与えられる日本の勲章の一つです。

### ○ポッキー&プリッツの日(11月11日)

・菓子メーカーの江崎グリコ株式会社が定めた日です。棒状のお菓子であるポッキーとプリッツの形が数字の1に似ていることから、1が6個並んだ平成11年11月11日にスタートしました。また、韓国では11月11日はペペロの日とされています。ペペロとは韓国の菓子メーカーロッテ製菓のお菓子で、ポッキーと同じく棒状でチョコレートなどがかかっています。11月11日には親しい人にペペロなどのお菓子を送り、友情を深めるようです。

### ○七五三(11月15日)

・子どもの成長を祝う行事です。一般的には3歳と5歳の男子、3歳と7歳の女子を祝いますが、地域や考え方によっては区別せず、男女問わず3歳・5歳・7歳のときに実施することもあります。

### ○勤労感謝の日(11月23日)

・「勤労を尊び(たつとび)、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう」ことを目的に制定されました。本来は、新嘗祭(にいなめさい)という収穫した農作物を皇祖や神々にお供えするという祝祭が由来とされています。