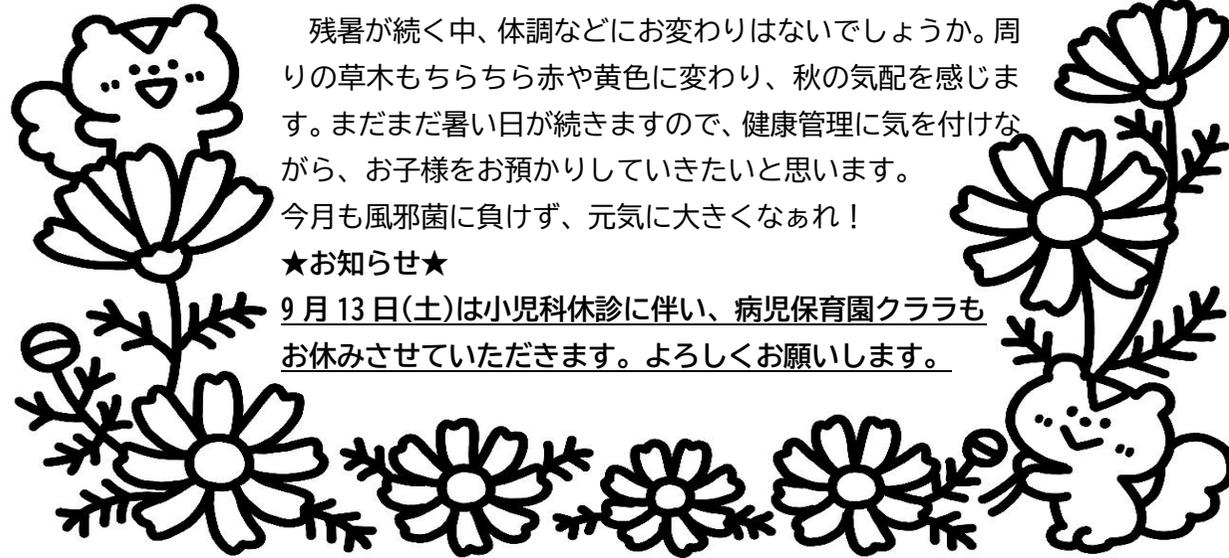


2025年9月号 おおきくなあれ



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. 306



残暑が続く中、体調などにお変わりはないでしょうか。周りの草木もちらちら赤や黄色に変わり、秋の気配を感じます。まだまだ暑い日が続きますので、健康管理に気を付けながら、お子様をお預かりしていきたいと思えます。

今月も風邪菌に負けず、元気に大きくなあれ！

★お知らせ★

9月13日(土)は小児科休診に伴い、病児保育園クララもお休みさせていただきます。よろしくお願いいたします。

○9月の旬の食べ物でおやつ作り○

さつまいもの蒸しパン(6個分)

材料→さつまいも…小1本・卵…1個・ホットケーキミックス…150g・牛乳…大さじ4
砂糖…大さじ1・サラダ油…大さじ1

作り方→①さつまいもは皮付きのまま1cmのさいの目切りにし、水に5分さらす。水気をきって、耐熱皿にのせ、ラップをかぶせる。600Wの電子レンジで2分加熱し、粗熱を取る。
②ボウルに卵を割り入れ、ホットケーキミックスを加え、泡だて器で混ぜる。粉っぽさがなくなったら、牛乳、砂糖、サラダ油を入れ、混ぜる。①も加えて軽く混ぜる。
③プリンカップ、ココットなどの耐熱容器の内側に紙カップを重ね、紙カップが重みで広がらないようにする。②をスプーンですくって入れる。大きめのフライパンに水を3cmの深さまで入れ、耐熱容器を並べる。フライパンに蓋をして強火にかけ、沸騰したら弱火にして20分蒸す。竹串にさして生地がついていなければ出来上がり！

ご家庭でお子様と一緒に作ってみるのも良いですね★



敬老の日

毎年9月の第3月曜日は敬老の日です。今年は9月15日です。長生きしているお年寄りの方のお祝いをし、感謝の気持ちを伝える日です。是非この機会にお子様に教えてあげてみてください。

【敬老の日ってなあに??】

敬老とは、お年寄りを敬って大切にすること。つまり、“お年寄りの方を尊敬しお礼をする”ということです。

【どうやって過ごすの?】

- ・みんなが知っている地域のお年寄りの方を話し合ってみる
- ・おじいちゃん、おばあちゃんと遊ぶ
- ・お年寄りの方の昔の生活について聞いてみる
- ・感謝の気持ちを伝える



この機会にお子様がおじいちゃん、おばあちゃんと触れ合う時間を作り、保護者様自身が日頃の感謝の思いを伝える機会にしてはいかがでしょうか。

秋にかかりやすい感染症



○マイコプラズマ感染症

・年間を通して感染する可能性がありますが、特に秋～冬にかけて流行する傾向にあります。症状発症から3～5日で乾いた咳が出てきます。咳は解熱後も3～4週間ほど続くことがあります。

・症状…発熱、全身の倦怠感、頭痛、乾いた咳など

○RSウイルス感染症

・2歳までの子どものほとんどが1度は感染すると言われている感染症です。一般的な風邪のような症状の感染症ですが、生後6ヶ月未満の赤ちゃんや持病がある人の場合は重症化するリスクがあるため注意が必要です。

・症状…発熱、咳、鼻水など

○ノロウイルス

ノロウイルスによって引き起こされる腸管の感染症です。感染力が強いため、何度もかかったり、大人にもうつったりすることがあります。1～3日ほどで自然に治るケースがほとんどですが、嘔吐と下痢を繰り返すことにより脱水を起こすこともあります。

・症状…吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱など

季節の変わり目となる秋は、免疫力が低下しやすく、体調を崩しやすい時期です。寒くなる冬にかけて流行する感染症も多いので、気をつけましょう。