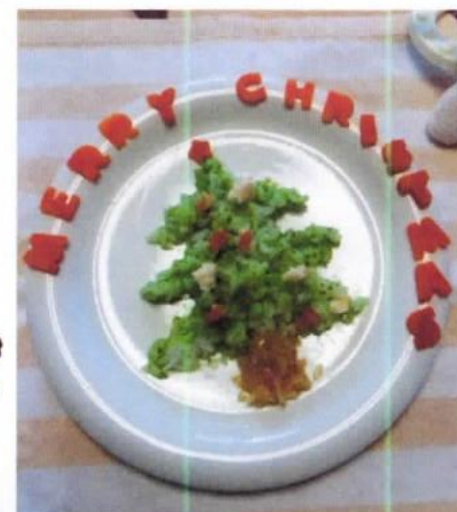


すずらん通信

12月

平成27年度12月発行No.3

赤ちゃんも一緒にメリークリスマス！



もうすぐクリスマスということで、今回は、赤ちゃんだって一緒にクリスマスを過ごしたい、一緒に食事がしたいなあということで、クリスマス離乳食を一つ紹介させていただきます。ベースは、おかゆを使ったものですから、とても簡単に、短時間でできてしまうものです。ぜひ、お試しあれ～！！(*^~^)

材料は、小松菜、人参、豆腐、おかゆ。野菜、豆腐はおかゆに対して適量、野菜は、ミキサーでペースト状にして、人参は、茹でて、回りに飾れるように型でくりぬく。茶碗でおかゆにペーストを入れ、色を見ながら混ぜる。あとは、プレートにお箸などでモミの木を作る。飾り用の人参、豆腐をトッピングして出来上がり！！薄味の味噌汁を付けてあげるとおいしいですね。

～油断大敵！RSウイルス～

寒くなってくると色々な病気が流行ります。今回は「RSウイルス」を紹介します。一見、風邪に似ていますがこのRSウイルスは油断しているととても重症化してしまう怖いウイルスです。普通に鼻水や喉が痛い、咳、発熱といった感じの風邪症状。しかし、これが重症化すると、酷い咳に、喘息、呼吸困難、さらに進むと細気管支炎や肺炎までをおこしてしまいます。年齢的には2歳までの子どもがかかりやすく、一度感染してもまた感染するというやっかいなものです。RSウイルスは、手の消毒、除菌が効果的。飛沫観戦や接触感染が主なため、家庭内でもみんなで消毒、除菌を心がけていけたら予防にもつながるのではないのでしょうか。大人は、できるだけマスクを着用するなどして予防していったらいいと思います。寒くなると次から次へとかかってしまう感染症。しっかり食べて、ゆっくり体を休めて、病気知らずの体づくりをしていきたいものですね。これから、楽しいイベント盛りだくさん。皆さん、元気に楽しみましょう！！

早いもので、2015年も残り1ヶ月となりました。あっという間ですね。少しずつ寒さも本格的になってきて、子ども達の体調管理もますます難しくなってくる時期でもあります。これから流行りつつある、インフルエンザ、感染性胃腸炎、その他色々ありますがまずはしっかり手洗い・うがい、好き嫌いをなく何でも食べてゆっくり休む、これが一番の予防法だと思います。おかしいなあと思ったら、早めの病院受診が大事ですね。病気知らずの冬を過ごしたいものですね。

開園から2か月を過ぎて！



阿蘇医療センター「すずらんルーム」が開園して早くも2か月が過ぎました。まだまだ開園してどんな保育ルームなのかわからない方もいらっしゃるかと思いますが・・・この2か月、少しずつ利用される方も増えました。おそらく、『感染症に二重に感染したりしないかしら・・・』など不安も感じられるのではないのでしょうか。保育ルームは清潔第一に配慮して、掃除や消毒など念入りに行っています。安心して利用してください。また、保育ルームには、子どもさんの大好きな玩具もたくさんあります。天気も良く体調も良かったら裏庭に散歩へ出かけたりもします。お家で過ごすようなゆったりとした環境を心がけています。「どうしてもお仕事を休めない、でも子どもが熱を出した」ということが突発的に出てきたときには、遠慮なく電話をかけて利用をおすすめします。また、あくまでも病児・病後児保育ですので、安静に過ごすことが基本です。睡眠の制限も病気の時にはできません。ゆっくり休める環境があってこそ病気も治るものです。子どもに一番無理のかからない方法で過ごしたいものですね。疑問に思うことや、わからないことがありましたら遠慮なく、「すずらんルーム」へ問い合わせてください。

(問い合わせ電話番号) 0967-34-9026

