



保健室つうしん



令和7年2月

名手保育園 保健室

寒い日が続きますが、皆さん元気に過ごしていますか？

寒くてついお部屋にこもりがちになってしまいがちですが、お日様が顔を

見せてくれた日は気分転換にお散歩に出かけてみては♪
暖かい時期とは違う景色が広がり、新しい草花を発見したり、氷や雪をさわ

ってみたいと残りの冬をぜひ楽しんでみてください(*^▽^*)

予防接種について



予防接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められています。特に、生後2カ月から予防接種を受け始めることは、お母さんからもらった免疫が減っていくときに、赤ちゃんがかかりやすい感染症(百日せき、細菌性髄膜炎など)から赤ちゃんを守るためにとても大切です、予防接種は車のシートベルトのようなものです。もしもの時に命を落としたり、後遺症を残したりしないための手段です。病気になる前から「あの時予防接種をしとけばよかった」と思わないですむよう、早めに済ませましょう。

体調は大丈夫かな？

支援センターにはお子さんがたくさん遊びにきます。

みんなが笑顔で過ごせるように、体調が良くない時(食欲がない、鼻水、咳、微熱がある…など)は無理せずお家でゆっくり過ごし様子をみてあげてくださいね。



薬の飲ませ方



【シロップ】

薄めずにそのまま飲ませます。乳児は必要な量をスポイトやスプーンで取り、口の中に入れてみましょう。

【粉薬】

●水で溶く場合

少量の水か、ぬるま湯で薬を溶かします。飲ませる時はスプーンやスポイト、おちょこなどを使いましょう。

●直接口に入れる場合

開いた状態の口の中に直接粉薬を入れます。

●練る場合

小さな器に粉薬を入れ、数滴の水をたらし、だんご状に練ります。練った薬は頬の内側あたりに塗ります。

☆薬を飲んだ後は水や湯冷ましを飲ませましょう。

※食品に混ぜる時は…

オレンジジュース、りんごジュース、スポーツドリンクなどの酸味がある物は薬の吸収や効果に影響があるので混ぜないでください。薬によって飲食物に混ぜると苦みが増し飲みにくくなったり薬の効果が弱くなったりするものもあります。気になるときは薬剤師に相談してください。

食品に混ぜる場合、残してしまうこともあるので薬を混ぜる時の量は少なめにしましょう。また、ミルクやおかゆなど、主食には混ぜないようにしましょう。味の変化で食べ物自体を嫌いになってしまう可能性があります。

