

星の子だより



第6号：2011年2月発行
東北大学病院病後児保育室
星の子ルーム

おかげさまで、星の子ルームは10周年を迎えることができました。皆様のご支援のもと、兔の年にあわせさらに飛躍していきたいと思っております。本年もどうぞよろしくお願い致します。

病気のいろいろ…



この冬、嘔吐下痢症が大流行。この病気は嘔吐が治まっても下痢が1~2週間つづくこともあります。そこで今回は下痢の時の食事についてお話します。

【乳児編】

母乳の場合	下痢がひどい	授乳時間を短くし、回数を多くする
	下痢が改善	通常どおりに戻す（欲しがるだけ飲ませて良い）
ミルクの場合	下痢がひどい	ミルクを少量ずつ、回数多くする（濃度は通常の2/3程度） 乳糖*1を含まない下痢治療乳（ラクトレスなど）に切り替える。
	下痢が改善	ミルクを通常のものと同量に戻す
離乳食を食べている場合	下痢がひどい	母乳、ミルク、下痢治療乳、りんごのすりおろし汁、野菜スープや味噌汁の上澄み（ <u>離乳食の段階を1つ前に戻すことも1つの方法です</u> ）
	下痢が改善	豆腐、おかゆ、ベビーせんべい、煮込みうどん、白身魚の煮つけ、にんじんやカボチャの煮つぶし

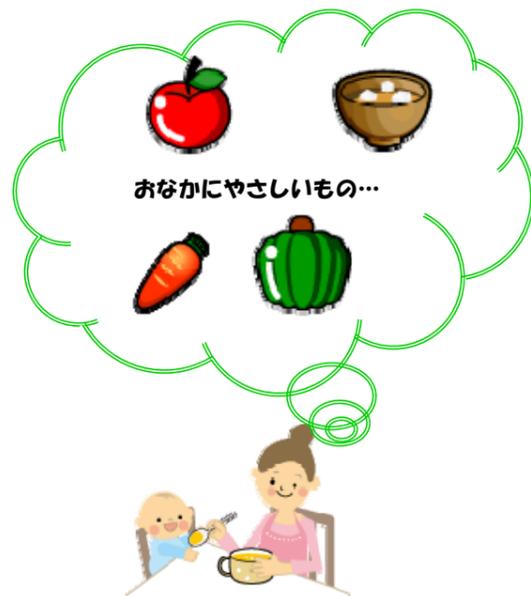
*1 健康なときは腸の粘膜から乳糖を分解する酵素が作られるのですが、下痢が続くと腸の粘膜が縮んでしまい、乳糖の分解酵素が作れず下痢を引き起こします。乳製品や乳飲料（ミルク）にもこの乳糖が含まれています。

【幼児編】

- 水分を十分補う
 - 水分補給を優先し無理に食べさせる必要なし
(栄養のことは気にせず、食欲があっても控えめに腸を休めることが大事)
- 便の状態を見て食事を選択する
 - 便がドロドロならドロドロの物を！
 - 便が柔らかいときは柔らかい物を！

【下痢の時避ける食べ物】

- * 砂糖分（ヨーグルト、菓子）
- * 刺激の強いもの（みかんなど）
- * 冷たい物、油っこい物
- * 繊維の多い物（いも、ごぼうなど）
- * 牛乳、プリン、ゼリー など



ほいくしつのような ~遊び編~

保育室では0歳から小学3年生までのお子さんをお預かりしております。今回は0歳から3歳のお子さんの遊びの様子を紹介します。



《 信頼関係が大事な0歳 》

身体の発育や運動機能の目覚ましい成長が見られる時期ですので、一人一人の発達に合わせて、スタッフとの1対1での触れ合いを基本にゆったりと過ごしています。おすわりの時期には手の感触を楽しみながら遊べる、音の出る玩具を好み、振ったり、投げたりして遊んでいます。つかまり立ちや歩き始めの時期には玩具の棚につかまり立ちをしておもちゃを引っ張ったり、手洗い場で水道からポタポタとしたたる水をうれしそうに触って楽しんでいます。乳児にとっては目に映るすべての物が魅力的な玩具です。



《 好奇心旺盛な1.2.3歳 》

この年齢のお子さんは言語面での発達がめざましく、大人の模倣遊びが大好きです。店屋さんごっこでは「ちょうだい」「ありがとう」などの簡単な言葉のやり取りを楽しんだり、人形をおんぶしてお母さんになりきって遊んでいる姿はとて微笑ましいです。プラレールは大人気で、年齢関係なく、スタッフと線路をつなげて新幹線が走る様子を満足気にながめています。



利用者の声

経理課 堀口 芳

昨年12月に8か月の娘が感染性胃腸炎にかかり、更には38℃超の発熱も…。仕事と保育園を1週間休んだ後、9日間、星の子ルームを利用しました。今回は初めてでしたが、温かい雰囲気に娘はすぐ馴染んでくれ、安心して仕事ことができました。また、回復期のミルクの与え方やオムツの漏れ対策など、経験豊富なスタッフから色々なワザも伝授していただき、子育て初心者私にはとても参考になりました。ありがとうございました。

《 事前診察について 》

事前診察は当院小児科で行っています。「かかりつけの病院が休診だった」「受診したがかかりつけ医連絡票を書いてもらうのを忘れた」等の理由で書類を用意できなかった場合にぜひご利用ください。（※星の子ルーム利用の予約時にお申し出ください。）ただし、伝染性疾患（インフルエンザ・水痘・麻疹・風疹・おたふくかぜ・百日咳）が疑われる、又は、発熱・嘔吐・下痢などでぐったりしている時は、診察を受けられない場合もあります。予約の際ご相談ください。

◎予約・問い合わせ 022(717)7819

◎メールアドレス hoshinoko@bureau.tohoku.ac.jp

◎ホームページ <http://www.morihime.tohoku.ac.jp/hurdling/hoshi.html>