

星の子だより



第15号 2014年2月発行
東北大学病院病後児保育室
星の子ルーム

新年を迎え早くも1ヶ月がたとうとしています。年頭にあたり皆様はどのような願い事をなされたのでしょうか。星の子ルームは今年も保護者の皆様をサポートできるよう、スタッフ一丸となって頑張っ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たします。

スタッフ一同



病気のこいろいろ

「熱があつて食べてくれない。」「吐く時や下痢の場合は何を食べさせればいいのか?」など病気の時の食事で困ったことはありませんか?

今回は病気の時の食事についてお話しします。

熱がある時・嘔吐・下痢の時

まずは脱水予防。水分補給が大事になります。ぐったりして水分をとれない時は小さいスプーンで少しずつ、こまめに始めましょう。消化力も落ちていきますので、食欲のない時は、水分(イオン飲料・スープ)やゼリーなど。食欲がでてきたら、おかゆ・うどんのやわらかく煮たもの・カボチャやじゃがいもの煮物・ポタージュなど子どもの様子を見ながらすすめましょう。

温麺なども、のどごしがよく、油を使用していないので、活用するといいかもかもしれませんね。

せき・口内炎・のどが痛い時

熱すぎず、冷たすぎず、ソフトでなめらかなものを。片栗粉でトロミをつけるとのどごしがよくなり、食べやすくなります。水分が少ないパサパサしたものやすっぱいものはかえってせきが出やすく、口の中を通る時に痛みを伴うので、控えましょう。

回復してきたら…。

免疫力を高めるために、たんぱく質(卵やとうふ)、ビタミン類(野菜)などを加えましょう。

*水分補給にはOS-1 やアクアライトが効果的です。

*食欲がない時は無理に食べさせず、水分補給に心がけて。

*子どもの好きなスナック菓子は脂肪分が多く、アイスクリームやシャーベットは刺激が強いため、おなかのかぜの時はしばらく控えましょう。



ほいくしつのように

朝、不安そうな表情で保育室にくる子ども達…お父さんお母さんと離れる時に泣いてしまうお子さんも少なくありません。でもしばらくすると気持ちも落ち着き、自分の好きな遊びを見つけて遊びだします。特にプラレールやトミカ、ままごとが人気です。スタッフが用意した遊びを楽しむこともあります。年明けには福笑いや魚つり遊びに挑戦しました!日頃とは違う場所、そして体調が悪い時に過ごす保育室なので子ども達が少しでもゆつたりと安心して過ごすことができるよう、環境作りを大切にしています。



プラレールってワクワクするね



できたよ!アンパンマン



うまくつれるかな?



シールをはがす目がしんけん

お知らせ

保育室入口にホワイトボードを設置しました。その日の出来事やお子様の様子、連絡事項など記入していきたいと思っております。

どうぞお迎えの際にご覧になってください。



新しいスタッフの紹介です

はじめまして、今月から星の子ルームのスタッフとなりました吉田沙織です。保護者の皆様に、安心してお預け頂けるよう、お子様の体調に合わせた暖かい保育をしていきたいと思っておりますので、どうぞ宜しくお願い致します。



☆予約・キャンセル☆

予約時間は7:15~18:00です。キャンセルされる場合は当日の朝8:30までにご連絡ください。

また翌日の利用可能人数を留守番電話のメッセージでお知らせしています。ご利用に際して、ぜひお役立てください。

☆駐車場☆

現在、医学部工事のため職員駐車場が縮小されています。そのため、ご利用の際お待ちになることもあるかもしれません。ご不便をおかけしますが、ご了承ください。

またホームページに詳しい地図等を載せていますのでご参照ください。

◎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>