



今年も残りわずかとなりました。この1年はインフルエンザに始まり、いろいろな感染症が流行した1年となりました。お子さまの病状が気になりながらも仕事に行かれる保護者の方の心配な気持ちに思いをよせ、お子さまが自分のペースで少しでも楽に安心して過ごせるようにと思い日々保育を行ってきました。来年もご利用の皆様が『安心して過ごせるペンギんはうす』『安心して預けられるペンギんはうす』であり続けられるようにと思っています。

いろいろ変身したよ！



折紙をたくさんちぎってかぼちゃに変身！



お友だちがお母さんに変身！メルちゃんのお世話とっても上手！「はーい、おいしいよ！」ご飯を食べさせた後にメルちゃんも一緒に絵本を楽しみました



連続利用のお子さんがたくさん塗り絵をした物を自分で綴じて作品にして持ち帰りました



どんぐりの転がし絵をツリーに仕上げステキな12月のカレンダーができました！

体調がすぐれない時の食事について

熱発や胃腸炎などの症状がある時には、パパママは脱水予防のためにも食べて欲しいと思われると思います。普段よく食べるのに、全然食べてくれないと心配をされることも多いと思います。そこで今回は食事についてお話ししようと思います。

お子さんと大人の大きな違いは、①子供の体の水分量の割合が大人に比べて大きい②水分の代謝量が高い③体の水分量を調整する機能が未熟です。そのため、脱水を起こしやすいです。では脱水症状にはどんな症状があるのでしょうか。

軽度～中度の脱水症状	重度の脱水症状
 普段より遊び方に元気がない おしっこをあまりしない (おむつ替え回数が1日6回以下)	 だらんと力なく横たわっている 目元がくぼんでいるように見える
 口の中が乾いている 泣くときに涙の量が少ない	 ・手足が冷たく、青白くみえる ・肌がしわしわになっている おしっこをほとんどしない

左記の脱水症状になる前に経口摂取を少しずつしていきましょう。
・コップや哺乳瓶でもままないときはスプーンで1さじずつ5～10分ごとに水分をあげましょう。
・イオン水やリンゴジュースは糖分、スープや味噌汁は塩分も取れますので、お茶や水だけでなく、少しあげると良いでしょう

- ・食事も消化のしやすいもの、いわゆる和食がおすすめです。
- ・離乳食も一ランク下げた食事が水分も多く含み食べやすいでしょう。
- ・おやつもラムネや飴を舐めさせてあげることで糖分摂取できますよ。

飲ませ方

少量からでもこまめに飲ませます

5分おきに授乳

ペットボトルのキャップ1杯、ティースプーン(小さじ)1杯の5ml = 1回分

嘔吐が落ちたら授乳間隔を縮めて、量を増やします

子どもが自分で飲めない場合

- ① 横に寝かせた状態から45度くらい起こし、スプーンで飲ませる
- ② 市販のベビースポイトを使用してみる
- ③ 凍らせるアイス感覚で抵抗感が少なくなる

- ★ 経口補水液を飲ませる場合、誤嚥しないよう気をつける
- ★ 病院では、吐き気止めの薬を使ったあとに経口補水液を飲ぶため誤嚥しづらくなります
- ★ 経口補水液が飲めず、明らかな脱水徴候がない場合は、野菜スープ・みそ汁・おかゆでもOK!

真剣勝負！

小学生のお子さまのご利用も多くありました。症状が改善されて活気があれば、同室のお友だちや保育士とトランプなどのゲームを楽しむ日もあります。トランプの『たご焼き』は保育士全員初めてで、お子さまに教えてもらい夢中で楽しみました♪『スピード』は速さについていけない事も多々あり、将棋は詳しく知らずに教えてもらいながら勝負をしました。保育士たちは手を抜いていたら負けることがあるので、常に真剣勝負！継続利用のお子さまは「今日も勝負しよ！」と意気込んで来られ、勝ったらガッツポーズ！！負けたら「もう一回しよ！」とお互いに白熱しました。新しい遊びに出会えた保育士もとても楽しい時間を過ごせました。こうした遊びを楽しむことが出来るまで回復した姿に喜びも感じます。

