



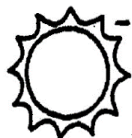
北出ひまわりだより



病児・病後児保育室ひまわり 2025年 7月

7月に入り、これから本格的な夏が始まろうとしています。室内外の温度差や気候の変化などで体調を崩しやすくなり、手足口病や咽頭結膜炎熱（プール熱）、ヘルパンギーナなどの夏風邪も流行する時期です。

睡眠や栄養をしっかりとって免疫力を高め、夏を元気に過ごしましょう。



熱中症に気をつけて

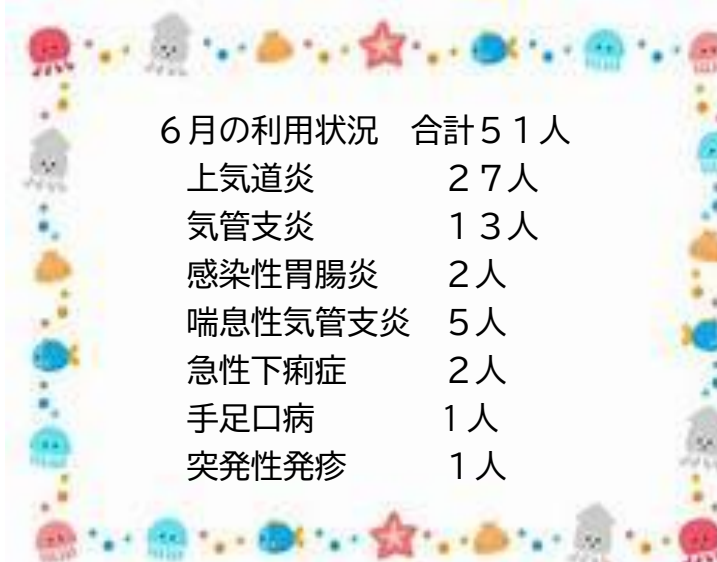


熱中症にならないために、戸外では帽子をかぶり、日陰で遊ぶようにしましょう。症状が疑われたら、日陰や涼しい部屋に移動し、衣服を緩めて水分補給をします。また、水をかけたりうちわであおいだりして体を冷やします。氷嚢があれば、わきの下・足の付け根など、大きな血管が通っているところを冷やしましょう。

※ 意識がなく水分補給ができない場合は、救急車を呼ぶ必要があります。



6月の利用状況	合計51人
上気道炎	27人
気管支炎	13人
感染性胃腸炎	2人
喘息性気管支炎	5人
急性下痢症	2人
手足口病	1人
突発性発疹	1人



給食注文も出来ます。(卵・乳・魚アレルギー対応出来ます。)

給食 280円(税込) (普通食、うどん食、粥食、おじや、離乳食から選べます。)

おやつ1回 50円 (プリン、ヨーグルト、ゼリー、から選べます。)

給食の注文は、当日10時までとなっています。

☆昼食☆



～普通食～(例)
豆腐のハンバーグ
カリフラワーサラダ
じゃが芋のきんぴら
小松菜のお味噌汁



～うどん食～(例)
うどん
野菜と豆腐煮



※お子様の好きな食品やたべられそうなものをお持ち頂いても大丈夫です。

あずかるこちゃん病児保育



病児・病後児保育ひまわりでは、「あずかるこちゃん」を使用してネット予約を行っています。施設登録をしておく、いざという時に簡単に予約ができますので、こちらのQRコードからご登録下さい。

食中毒の原因菌「つけない」「増やさない」「やっつける」

食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することで発生します。細菌を食べ物に「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」という3つのことが原則となります。また、食中毒は手洗いも大切です。正しい手洗いの方法を身につけましょう。