



寿都町 病児保育室 なないろだより

NO.23 令和6年2月発行

厳しい寒さが続いていますね。寒いと家にこもりがちになります。が、冷たい空気に触れることで自律神経は鍛えられ、病気に負けない体をつくります。特に雪遊びは全身を使うことで運動能力が向上し、雪で様々な創作物を作ることで、創造力が養われるとも言われています。元気な時は、風邪を引きたくないから外に出ないのではなく、風邪を引かない為の体作りとしても、積極的に戸外遊びを楽しんでみて下さいね。



1月の利用状況

かぜ 6名
(感冒、急性上気道炎、咽頭炎、扁桃炎等を含む)



食物アレルギー Q&A

2月20日は「アレルギーの日」です。今回は赤ちゃんや小さな子どもに多い「食物アレルギー」について、よく聞かれる質問と、正しい知識をご紹介します。



Q1. 食べさせる時期が遅いほうがアレルギーを起こしにくいのですか？

A. 遅らせる方が危険です。スケジュールどおりに開始しましょう。

Q2. 一度食べて大丈夫なら、もう問題ありませんか？

A. 食べる量を増やしてみましょう。

ある研究では、生後4~5か月に離乳食で卵を食べ始めたグループより、生後10~12か月に卵を食べ始めたグループの方が、卵アレルギーを起こす危険が高かったことが報告されています。食べさせる時期を遅らせるよりも、一般的なスケジュールのとおり開始した方が食物アレルギーになりにくいのです。



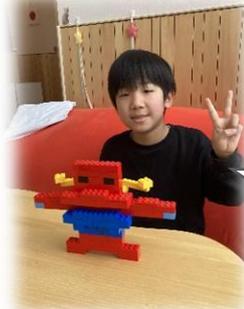
食物アレルギーは食べた量に依存して症状が出ることがあります。例えば卵を1/8個食べて大丈夫でも、1/4個食べると症状が出るなどという場合です。特に0歳児で食物アレルギーの原因となりにやすい、鶏卵、牛乳、小麦などは少量より開始し、徐々に量を増やしましょう。

※初めて食べる物は、体調がよく、何かあったらすぐに受診できる時間帯に試しましょう。

保育の様子



手袋制作♪ビー玉に好きな色の絵の具を付けて転がすことで、素敵な模様が出来ました！



難しい知恵の輪が出来たようになったよ！

レゴブロックで大好きなスパイダーマンを作ったよ☆



ありがとうございました

「おさがりひろば」の詳細内容につきましては、寿都診療所 HPにてご覧いただけます。こちらからどうぞ→



「おさがりひろば」の為に、おさがりを寄付して下さいました皆さん、本当にありがとうございました。おさがりは、今後も随時受け付けていますので、ご家庭で不要になったおさがりがあれば、寄付して頂けたらありがたいです。

ご協力よろしくお願い致します。

