



病後児保育室だより

令和6年度 Vol.2
病後児保育室

寒さが和らぎ、春の気配を感じられるようになりました。季節の変わり目は自律神経が乱れやすく、大人も子どもも体調を崩しがちです。食事、活動、睡眠の生活リズムを整えて元気に過ごしましょう。

病後児保育室の利用基準について

病後児保育室では、病後回復期のお子さんをお預かりしています。最終的な利用の可否は、医師の判断になりますが、ご不明な点等ございましたら、お問い合わせください。また、予約時はお子さんの症状や経過などの、詳細な聞き取りをさせていただきます。ご協力のほどよろしくお願いいたします。

利用できる方

1. インフルエンザ、溶連菌、RSウイルス、水ぼうそう、風しん、麻しん、アデノウイルス、おたふく、ヒトメタニューモウイルス、手足口病、胃腸炎、ケガ、とびひなど確定診断がある児童
(※各々の疾患には、それぞれに利用受け入れ基準を設けております。ご予約時にご確認ください。)
2. 上記1に該当する確定診断がない上気道炎、気管支炎、中耳炎、肺炎などの風邪症状を示す場合において、医師より新型コロナウイルス感染症のリスクがないと診断された児童

利用できない方

1. 入室時に38.0℃以上ある場合や飲食できない時
2. 前日20時以降におう吐してしまった時
3. 新型コロナウイルス感染症
4. 急性期、その他全身状態が悪い時

熱は下がったけれど、いつもより食欲がない。
活動するとたくさん咳が出る。
外遊びは控えたい・・・等、お大事したいときにご利用ください。



感染症にかからないために大切なこと

1. 手洗い・うがい
さまざまな感染症予防には、石けんで丁寧に手を洗うことが大切です。お子さんが自分で洗えるようになるまでは、見守ってあげましょう。
2. 加湿
空気が乾燥しているとウイルスが活性化し、感染しやすくなります。また、加湿することで、咳も出にくくなり、のどの痛みも和らぎます。湿度は40～60%に保ちましょう。
3. マスク着用
感染症拡大を防ぐために、咳が出る時などは、マスクをつけましょう。(2歳未満は窒息や熱中症のリスクが高まるため、マスクの着用を奨められません。2歳以上であっても、お子さんがマスクを着用するときは、息苦しくはないか等、確認するようにしましょう。)
4. 早寝早起き
免疫力を落とさないために、「早寝早起き」を心がけましょう。すぐに難しいようでしたら、普段より15分早く布団に入るだけでも違います。寒すぎたり暑すぎたりしないか、寝る部屋や寝具を調節して、心地よく眠れるように環境を整えてみましょう。
5. ストレスをためない
笑うと副交感神経が優位になって身体がリラックスします。また、笑うことによってウイルスに感染した細胞を攻撃する「NK細胞」が活性化し免疫力が高まることが分かっています。生活の中に笑いを取り入れられるといいですね。



病後児保育室での過ごし方

病後児保育室では、お子さんの体調や好みに合わせた保育を提供しています。病気で体力が低下している中で、ゆったりと過ごして回復力を高めていきます。



他にも制作やパズル遊び、小学生はオセロやトランプ等をすることもありますよ。



ごはんやおやつの前には、手を洗います。
上手に洗えたね！



問い合わせ(8:30~17:00)
北本市立東保育所 病後児保育室
住所 北本市本宿7-80-1
電話 048-590-1100



利用には医師の許可と事前の登録が必要です。