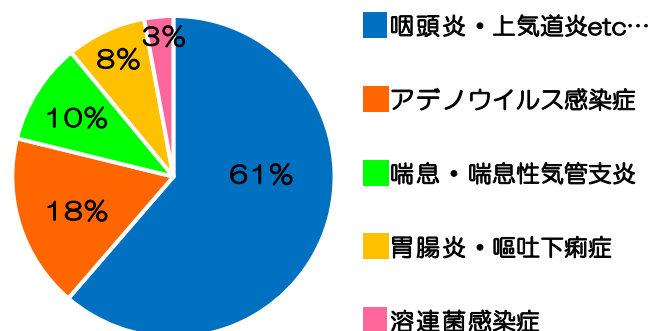


夏の暑さも和らぎ、朝晩は秋の訪れを感じるようになりました。

夏の疲れが出やすい時期になりますので、健康管理に気を付けながら、元気に過ごしていきましょう。

昨夏は、手足口病やヘルパンギーナでの利用が多かったのですが、手洗いや手指消毒、マスクの着用など新型コロナウイルス感染予防対策をしていたためか、今年の利用は少なかったです。

利用状況(R2.6~R2.8) 延べ148人



新型コロナウイルス感染症について

小児科医師より

昨年末、中国から始まった新型コロナウイルス感染症は、半年の間に全世界に拡散し、日本でも流行しています。

1. コロナウイルスってどんな症状がでるの？

今までのデータから、潜伏期間は平均5.8日、長くて7~14日といわれています。

発熱、倦怠感、咳が主な症状ですが、若い人では味覚・嗅覚に異常があったり、無症状の人もあります。成人や高齢者では、かかって7~10日頃から急激に呼吸困難になり、命に関わる場合があります。小児は成人に比べ、軽症ですむことがほとんどですが、下痢、頭痛、関節痛といった症状がでることもわかっています。

2. どうやって感染するの？

飛沫・接触により感染します。特に近い距離で15分以上マスクをせずに会話をするのは危険です。新型コロナウイルスに感染した人は、症状が出る2日前から症状が出た7日程度後まで他の人にうつすといわれています。

3. 診断はどうするの？

PCR検査や抗原検査で診断しますが、100%正しい検査ではありません。

4. 治療は本当はないの？

今の時点では、治療薬、ワクチンともに開発中です。必要な時には解熱剤や呼吸を補助する治療を行います。予防が大事ですので、「3密(密集、密閉、密接)を避ける」、「流行地に行かない」、「マスクをする」、「こまめな手洗い・アルコール消毒」などに心がけましょう。まだ、流行は完全に収束しているわけではありません。みんなで予防を続けて、新型コロナウイルスにかからないようにしましょう。

マスクの使用について

新型コロナウイルスの感染予防のためにマスクの着用が日常的になってきました。しかし、マスクの予防効果も100%ではありません。手洗いや目の保護などと合わせて上手に使用していきましょう。

布マスクについて



医療用マスク程ではありませんが予防効果はあります。

布の層を重ねるとさらに効果が高まります

マスク着用で気を付けること

★マスクを触った手で目などをこすらない!

★近づいて大きな声で話さない

★猛暑の時や運動時は適時マスクをはずしましょう

マスクにはいろいろな菌やウイルスがついてるよ

2歳未満児のマスク着用について

- ・乳児は空気の通り道が狭く、窒息のリスクが高まる
- ・マスク内に熱がこもり熱中症のリスクが増す
- ・顔が隠れることにより体調の変化に気づきにくい

マスク不要!むしろ危険!

離乳食ってなに? ☆初期編(5~6ヵ月)☆

赤ちゃんの様子

首がすわり、腰もしっかりしてきます。大人が食べるものに興味を示しはじめます。

授乳との割合

(離乳食) ~10% (母乳やミルク) 90%~
★母乳やミルクは欲しがるだけ飲ませます。

食べ物の大きさ・やわらか

母乳やミルクに近いポタージュ状

離乳食のすすめ方

はじめの1ヶ月



10倍がゆ

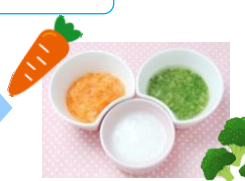


野菜・いも類



たんぱく質(白身魚・豆腐)

1ヶ月くらいいたら



組み合わせ

※10倍がゆから始め、野菜や豆腐・白身魚など1種類ずつ食べられる食材を増やしていきましょう

Point

- 慣れるまでは大人の抱っこで食べさせてあげると安心します。
- 食べる量は気にせず、上手にゴクン出来れば大丈夫です。
- 時間帯は、食物アレルギーを発症しても受診しやすいよう、平日の午前中を選ぶと安心です。
- 口に1度に入れる食べ物の量は、赤ちゃんがびっくりしないようスプーンの3分の1程度にしましょう。

ステップアップのサイン

- 7ヵ月ごろになり口を閉じて飲み込める。
- 1日1~2回の離乳食を喜んで食べる。

これができたら中期へGO!

赤ちゃんに食べさせないで! 赤ちゃんが食べると病気や中毒、誤えんの可能性があるもの

