病後児保育ルームだより 1月号

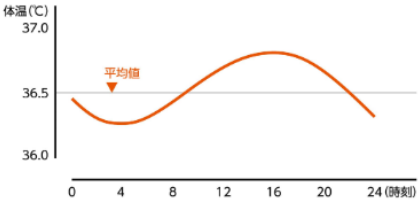
令和5年1月
ハッピー✿モア保育園
病後児保育ルーム　保健師

　あけましておめでとうございます。朝のひんやりとした空気が、気持ち新たに身も心も引き締めてくれるような新年のスタート。年末年始のお休みはいかがでしたか？今年も子どもたちが健康に過ごすことができるように、病後児保育ルームだよりを通して皆様に病気や健康についての情報をお伝えしていきます。本年もよろしくお願いいたします。

体の温度はどう変化しているの？

＜1日の中で変化する体温リズム＞

　体温は、朝起きた時が一番低く、夕方にかけて高くなり、夜に向けてまた下がっていきます。大人より子どもの方が体温変動が大きいため、「家では熱がなかったのに、保育園に登園してから上がる」という話をよく聞くのは、この影響も考えられます。

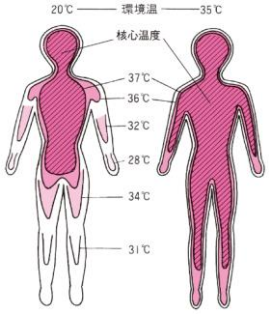


＜出典＞omron https://www.healthcare.omron.co.jp/product/mc/howto/

＜からだの場所により体温が違う？＞

　身体の中心の体温が、環境による影響が少なく安定しています。わきの温度も、身体の中心の体温を正確に測るために、くぼみの中心に体温計の先が当たるようにしましょう。

＜出典＞看護roo! https://www.kango-roo.com/learning/2459/



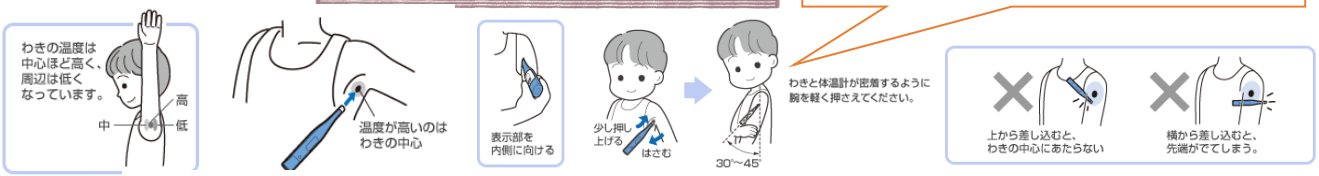
＜体温を正しく測ろう＞

検温前　チェックリスト

- □　食後30分以上経っているか
- □　入浴後30分以上経っているか
- □　汗をかいていないか
  （乾いたタオルで拭く）
- □　座って落ち着かせた状態か
- □　体温計が下着に当たっていないか

●ポイント●

＊体温計がズレないように、計測が終わるまでしっかり押さえる。
＊手のひらを上向きにすると脇が閉まりやすい。
※一度使った体温計を続けて使う場合は、3分程おいて先端が冷めてから測りましょう。



わきの中心にあてる　　体温計を下から少し押し上げるようにして、わきをしっかりしめる。

＜出典＞omron https://www.healthcare.omron.co.jp/product/mc/mc-summary.html

病後児保育ルームの様子

　今月の病後児保育ルームは2歳の女の子が怪我で数週間利用。活動に制限があるため、クリスマスの制作や、ボンドでガラスシールを作ったりして、お部屋でゆっくり過ごしました(^-^)

　怪我など、症状により長期での利用も可能ですので、お気軽にご相談ください☆彡

花紙を使ったクリスマスツリー

胃腸炎のホームケア

用意する物
・手袋　・マスク　・バケツ　・雑巾　・ビニール袋
・次亜塩素酸ナトリウム（ハイターなど）　・新聞紙

手順

①マスクと手袋を装着！
②嘔吐物に新聞紙を広めにかけて、次亜塩素酸ナトリウムを上からかけてふき取る。
③バケツにビニール袋をかけ、嘔吐物と一緒に新聞紙ごとバケツに入れる。
④使用したマスクや手袋など、全て袋に入れて袋をしばって破棄する。

嘔吐物の付いた衣類の洗い方

洗濯用ハイターなどで洗濯し、アイロンがけをします。
他の衣類とは一緒に洗わないようにしましょう。

＜お問い合わせ＞
〒901-2132　浦添市伊祖2-2-5
☎ 090-2859-0693　✉ byogoji@happymore-hoikuen.com

＜ご利用検討中の方＞
まずは児童票の事前登録から!!

LINE登録