



今年も後半に入り、保育園では大きな行事を通して、お子さんもお友だちとの関わりが深まり、身も心もグーンと成長する時期になりましたね。また同時に季節の変わり目で体調も崩しやすい時期でもありますので、ご家庭ではお子さんの生活リズム全般に留意し、健康で充実した日々をお過ごしください



Q エンゼルではどんなふうに過ごしているの？

A エンゼルでは、保育園と同様に食事、排泄、睡眠、遊び等基本的なデイリープログラムに沿い、お子さんの症状に合わせて過ごします。具合の悪いお子さんはできるだけ安静に過ごしますし、回復してきたお子さんも、お昼寝の時間には、からだを休めるようにしています。一人ひとりの病状、年齢、様子などを考慮して、無理のないように楽しいあそびを工夫して提供しています。



Q 病気でもあそぶの？

A 病児保育においても「あそび」は、情緒の安定をもたらします。「一日、室内で過ごす」それだけでも静かなあそびです。病気でも成長し続けている子どもにとって「あそびたい」という気持ちは自然なことです。異年齢での関りも大事にしています。

Q どんなあそびをしているの？

A 同じような状態のお子さんが数人で、パネルシアターや紙芝居、季節の歌など



インフルエンザの予防接種は 計画的に進めましょう

インフルエンザは冬に流行する(1~2月がピーク)感染症とされていますが、秋口に始まり、春先まで続くことがあります。症状は『感冒症状を伴わない発熱や悪寒』『関節痛』『倦怠感』などが挙げられ、子どもの場合、大人と比べて重症化することとも言われています。予防策は『手洗い』『うがい』『マスク着用』などの一般的な感染予防行動に加え、予防接種が推奨されています。予防接種は、13才以下の子どもでは免疫力が低いなどの理由から2回接種(2~4週間間隔をあける)が必要とされており、その効果は1回目で50%、2回目で80%とされています。また、予防接種後は免疫がつくまでに2週間~1か月かかるため、1回目は10月下旬~11月上旬頃、2回目は11月の中旬~下旬頃に接種するとよいでしょう。インフルエンザが流行し始める前に前もって予防接種の計画を立てましょう。

エンゼル宮前 看護師



スマイリークッキング

秋は色々な秋がありますが、まずは食欲の秋ですね。エンゼルでの人気メニュー、今回はこれから旬の『りんご入り蒸しパン』です。

(材料) 2人分

小麦粉 40g ベーキングパウダー (B・P) 1, 6 g
砂糖 8 g スkimミルク 6 g 水 24 g
りんご 24 g 砂糖 2 g

(作り方)

- ① 小麦粉とB・Pは合わせてふるっておく。
- ② りんごは1cm角のコロコロに切り、鍋に入れ、砂糖2gを加えて煮ておく。
- ③ スkimミルクは水で溶く。
- ④ ③と砂糖8gを混ぜ合わせ、①と②を加えて軽く混ぜ合わせる。
- ⑤ ④の生地をアルミカップに流し入れ、強火で10分~15分蒸す。竹串を中央に刺し、生地がついてこなければ出来上がりです。

昼食があまり進まなかったお子さんもおなかが満たされますよ。

エンゼル宮前 調理師

