病児対応型　湯沢市病児保育室

はぐくみだより No.８４

令和８年１１月１日発行

☎ 0183−72−8585
雄勝中央病院 6階北病棟
開室時間 平日8:30～18:00
（予約受付 平日9:00～18:00）

朝晩は白い息が見えるほど寒くなり、葉っぱの色が赤や黄色に色づき、冬の足音の近づきを感じます。
本格的な冬が来る前に、生活リズムや服装、食生活などを見直しましょう。

はぐくみ QR

湯沢市病児保育室
「はぐくみ」
湯沢市HPへ



今日は何の日!?

11月8日は「いい歯の日」

自分で歯みがきをする子も増えてきたと思います。自分でみがける子でも、最後はきちんと仕上げみがきをしてあげましょう。歯みがきを苦手とするお子さまは、おうちで歯みがきカレンダーをつくるなど、歯みがきに興味を持たせるところから始めます。歯みがきができたらカレンダーにシールを貼ったり、スタンプを押してあげましょう。

日	月	火	水	木	金	土
					1 ★	2 ★
3 ★	4 ★	5 ★	6 ★	7 ★	8 ★	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



きれいにみがけているかの歯みがきチェックや仕上げみがきは虫歯予防のために行うようにしてください。

11月9日は「換気の日」

「いい空気」と読ませることから換気の日と言われています。暖房器具を使用中に換気が不十分な状態が続くと一酸化炭素中毒で意識を失うこともあります。空気（風）の通り道をつくり、１時間に１回、５分程度の換気を心がけましょう。



11月12日は「皮膚の日」

空気の乾くこの時期は皮膚がカサカサになったり、かゆくなったりと乾燥肌が気になります。タオルでゴシゴシと強くこすらず、お風呂上がりには保湿クリームを塗りましょう。



感染性胃腸炎



ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合もあります。
下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、手洗い・うがいをきちんと行ってください。

汚れた衣服は…

85℃の熱湯に１分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



→

消毒ができたら洗濯機に入れても大丈夫です。



→

汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。



令和８年１０月　利用者 延べ５名（内訳：１歳児１名、２歳児１名、３歳児３名）

利用者疾患：急性上気道炎、気管支喘息疑い、胃腸炎、熱性けいれん（退院後）、急性気管支炎