

2023年8月

京都民医連中央病院

病児保育所

おいーぶ保育園

075(862)5800

## 夏カゼ流行中!!

今年の5月からコロナ5類移行になり、生活が戻りつつある中子どもたちの間では一挙にいろいろなカゼが流行しているようです。「ヘルパンギーナ」などの夏カゼや「胃腸炎」を伴うカゼまた、熱だけが出るカゼなど様々です。

「ヘルパンギーナ」は高熱が出てのどの両側に口内炎ができ飲み込みにくく一時食欲が落ちることもあります。1～2日で解熱もしてすぐに元気になるようです。特に治療薬はなく自然経過で治るようです。熱が数日続くようなら、別の病気の可能性もあり…、再受診することをお勧めします。家族でお出かけしたいシーズンですが、気温も高く、夏カゼも流行っている時、無理のない計画を立ててお出かけくださいね。特に一番小さい子にとって負担の少ないようにしてあげてくださいね。コロナ陽性者も増えていますので油断禁物です!! 元気に楽しい夏をお過ごしください。

引き続き、利用時はコロナ抗原検査を受けて医師連絡票に記載をお願いします。

## 予防接種忘れていませんか?

発熱などで、予定していた予防注射が抜けていませんか?病児保育室で他のお子さんへの感染予防の観点から未接種の方の受け入れができないこともあります。

奇数月開催

第4土曜開催

次回は9月22日(土)

10時-11時半

おいーぶ保育園にて

## 「おしゃべり懇談会」定期開催します!

5月に開いた懇談会は親子で参加してもらい、それぞれの保育園でのことや病気の時の対応、お父さん(夫)の家事育児、子どもの偏食や生活のことなど、1時間半しゃべりっぱなしの楽しい時間でした。これからも誰でも参加してもらえるように今後は定期的開催できればと計画しました。ご希望の方は、どなたでもご参加いただけます。保育はありませんが、子連れでの参加もOKです。ぜひご参加してください。

電話で申し込みをして下さい。(定員5名)



## 【かんたんレシピ vol17】 じゃこピーマンおにぎり

旬のピーマンを使ったおにぎりです。苦手なピーマンでもこのおにぎりですんで食べてくれるメニューのようです。お試しあれ!

《材料》米 1合、塩 適宜、ピーマン 1個、しらす干し 8g ごま油 小さじ2.5、塩 小さじ0.5、薄口しょうゆ 小さじ0.5、みりん 小さじ0.5

### 《作り方》

- ① 米を炊いておく。
- ② ピーマンはみじん切りにする。ごま油でピーマンとしらす干しを炒め、塩、薄口しょうゆ、みりんで味を調える
- ③ ごはんに②を合わせ、おにぎりにする。

