



令和5年2月号 No.9 1
 砂川市病児・病後児保育施設
 Tel. 0125 - 54 - 2278

甘えることって、とっても大事

アタッチメントを知っていますか？

抱っこされたり、なでられれたりすると、赤ちゃんや子どもの脳内にはオキシトシンなどの幸せホルモンが湧き立ちます。その「とても心地よい状態」のときにいつも見聞きする「やさしい声」や「笑顔」が結びついて、アタッチメント（愛着関係）が作られます。

子どもはその関係をベースに、外の世界の探索を始めます。赤ちゃんの時期を卒業しても、子どもが不安そうなときは、いつでもぎゅっと抱きしめてあげてください。

愛着関係があるから、
 少し離れても
 大丈夫



一年で最も寒さの厳しい季節となりましたね。インフルエンザの感染予防で重要なのは「湿度」といわれています。室内の湿度が40%以下になるとインフルエンザウイルスが活発になるといわれています。冬は暖房器具を使うため、室内は乾燥状態です。乾燥対策を行い40～60%を保つようにしましょう。また、寝不足が続くと体力が落ちて感染症にかかりやすくなります。免疫力アップのためにも十分な栄養と睡眠をとり、元気に過ごしていきたいですね。



病児・病後児 保育の様子

急性上気道炎・中耳炎・感染性胃腸炎などでの利用がありました。



ふ〜ん! / ではなをかむ練習から始めましょう

鼻から息を吹いてみる



「お鼻からフーンって吹くよ」と声をかけて、鼻から息を吹き出させます。ティッシュペーパーや、糸につるした紙飛行機を顔の前に垂らし、揺らす遊びもおすすめ。

片方ふさいで吹いてみる



鼻から息を吹けるようになったら、片方の鼻の穴をふさいで、やさしく息を吹くよう声をかけます。上手になったら、ティッシュペーパーを当てて片方ずつはなをかませてみます。