



# たんぽぽだより

令和2年1月号 No.5 4

砂川市病児・病後児保育施設  
Tel 0125-54-2278

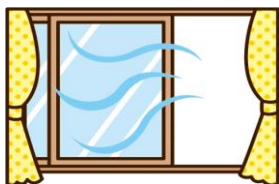
明けましておめでとうございます。楽しいお正月休みを過ごされましたか？新しい一年が、お子様にとって、また保護者の皆様にとって笑顔がたくさんになりますようお祈り申し上げます。本年も、どうぞよろしくお願いたします。寒さが一段と身に染みるこの季節、急に冷たい風に当たったり、室内の乾燥した空気で喉の粘膜を痛めたりすると、風邪をひきやすくなります。しっかり予防をして、寒い冬を元気に乗り越えましょうね。

## 寒い時期のけがや病気に注意！

こんなことに気を付けましょう



ポケットに手を入れたまま歩かないようにしましょう



1時間に1度、換気をしましょう



感染症にならないよう、人の多い場所は避けましょう



手洗い・うがいをこまめにしましょう



咳エチケットを守りましょう



乾燥しないよう加湿器をつけましょう

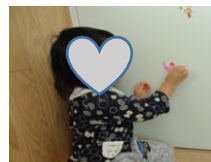


早寝早起きをしましょう



## 病児・病後児保育施設のようす

先月は、急性上気道炎、中耳炎、ぜん息・ぜん息性気管支炎などでの利用がありました。12月の利用人数は38人。高熱のお子さんも多く、水分補給・休息をしながらゆったりと過ごしました。



お部屋を保温・加湿し、脱水症状が出ないように、水分補給には十分注意しましょうね。



## インフルエンザが流行っています！

急激に40度くらいの高熱が出て、悪寒や頭痛、喉の痛み、せき、鼻水や関節の痛みなどが現れることもあります。感染力がとても強く、ふつうの風邪よりも、症状が重いのが特徴です。

受診して確認を



- せき
- 喉の痛み
- 鼻水
- 吐き気
- 下痢
- 関節の痛み

