

キッズケアルームだより

令和8年8月吉日

7月の利用状況

感冒	5名
ヒトメタニューモウイルス	3名
気管支炎	2名
ヘルパンギーナ	2名
その他	4名

夏バテ予防にネバネバ食材を

元気な子どもも夏はバテ気味になり、食欲が落ちることがあります。そんなときはネバネバ食材がおすすめ。オクラや山芋、昆布などの海藻類、納豆などのネバネバ食材は食べやすく、消化を助け、おなかの調子を整える働きがあります。子どもが食べられるように調理して、ネバネバ食材を摂りましょう。

連日うだるような暑さが続いています。夏ならではの遊びを満喫していることと思いますが、日差しが強すぎる時間帯は外遊びを避け、こまめな水分補給を心がけましょう。

トミカでお出かけごっこ

『はらぺこあおむし』のお話が大好きでケアルームでも見ていたSくん。読み終わるとSくんがダンブカー、職員が乗用車を持ってそれぞれ「人」に見立ててお出かけごっこが始まりました。「今日は海に行こうよ!」とSくん。ダンブカーを動かしながら職員と一緒に海に行って遊び、「あー、お腹空いた」と言うと、また『はらぺこあおむし』の絵本を出してきてダンブカーを動かしながら絵本の中のりんごや梨を食べるまねをしていました。歌も元気よく歌い、食べ過ぎてお腹が痛くなるシーンも再現して、楽しんでいました。

つめの伸びすぎ・切りすぎはトラブルのもと

長すぎるとひっかきやすい

子どもの皮膚は薄いので、つめが伸びていると肌をかいたときにひっかいて傷になることがあります。また、つめが衣類などに引っかかりやすくなります。1週間に1回、つめをチェックして整えましょう。



短すぎると巻きづめになりやすい

つめを短く、丸く切りすぎると、つめの両端が皮膚に食い込む「巻きづめ」になりやすくなります。つめのしろい部分を少し残して、まっすぐに切りましょう。角は切り落とすのではなく、やすりで丸く整えます。