みどりっこだより

Vol.56　2024.11月発行

【発行・編集】
相模原協同病院
病児保育室「みどりっこ」

肌に感じられる風も涼しさから冷たさに変わり、少しずつ冬の訪れを感じる頃となりました。これから日ごとに寒さを強く感じる日も増えてきます。子どもは大人に比べて体温・基礎代謝も高く意外と寒さに強いので、大人と同じように着ていると暑く感じてしまいます。薄着習慣を身につけて、寒さに負けず元気に過ごしましょう。

薄着習慣は秋からスタート

肌寒くなってくると、子どもの服装に迷うことはありませんか？「寒いとかわいそうだから…」とつい厚着をさせたくなりますが、もこもこ厚着では活発に動けません！ 寒くても体を動かすことで温まることができるよう、動きやすい服装にしてあげることが大切です。冬にもこもこ厚着にならないよう、秋口から徐々に慣らしていきましょう。

暖かく着るコツ

- 肌着を着る
  - おすすめは「綿素材」
    通気性・吸湿性・保温性もあるので
    季節問わず、１年中適しています。
- 薄着の重ね着をする
- 外に出るときはマフラーや帽子など着脱できるもので調節する
- シャツをズボンにしまって、お腹と背中が出ないようにする
- 襟や袖口が締まった服を選ぶ

お車でお越しの方へ

施設前の道路に横断歩道を設置しました！駐車場と施設の行き来には、必ずお子さまと手をつないで横断歩道を渡って下さい。
また、事故の危険性が高いため、施設前への車の横付けは原則禁止とさせていただきます。
皆さんが安全にご利用いただけるよう、ご協力お願いいたします。

ご協力ください

みどりっこのお部屋は、体調が悪いお子さまが過ごすため、活動量が少なくても体が冷えないよう暖かく過ごせるようにしています。

「裏起毛」「ヒートテックの肌着」

などを着ていると、汗をかいたり汗で体が冷えたりしてしまいますので、ご遠慮ください。

先月の利用状況

合計　４９名

利用疾患（症状）

- 手足口病
- 咽頭炎
- 気管支炎

11月の相談窓口のご案内

９日（土）

① ９：00～　③10：30～
② ９：45～　④11：15～
各回１家族のご案内です。

施設見学や事前登録も行っています。
お気軽にご利用ください♪

★予約制の為、お電話にてお問合せください。

病児保育室「みどりっこ」
042 - 713 - 3745
［受付時間］平日 8:00～17:30

詳しくはみどりっこホームページへ