



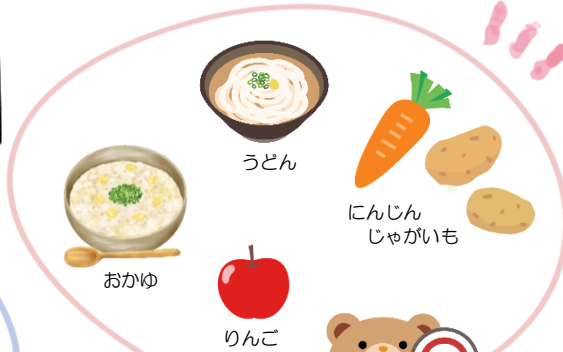
暑さが和らぎ、ようやく過ごしやすい気候になってきました。朝晩と日中では寒暖差が大きいので、体調を崩さないように気をつけましょう。また、空気が乾燥してくる季節になると、さまざまな感染症も心配されます。こまめな手洗い・うがいなどの感染症対策と規則正しい生活を心がけ、ウイルスを寄せ付けない体づくりをしていきましょう。

胃腸炎の時は なにを食べたらいい？



控えよう

- ・消化の悪い、油っこいものや繊維の多い野菜など
- ・吐き気を誘発しやすい、乳製品や柑橘類のくだもの



お腹にやさしいものを

- ・煮たり蒸したりしてやわらかくする
- ・じゃがいもやにんじん、りんごは便をまとめてくれる

嘔吐が落ち着いて「おなかが空いた」と言われると、つい食べたがるものを与えてしまいがちですが、ふだんの食事はまだ控えた方がよいでしょう。

【文献】
若江恵利子：婦人之友社「ちょっと具合のわるいときの子どものごはん」

先月の利用状況

合計 45 名

利用疾患(症状)

- ・気管支炎
- ・咽頭炎

季節の 製作

『とびだす おばけ』



袋に顔を描いてみよう。
ストローから息を吹き込むと、おばけが出てくるよ！コップに絵を描いてもかわいいね！

11/3(月)
10:00~15:00

第22回 相模原協同病院

健康まつり2025

たくさんのイベントを企画しています！

模擬店・
キッチンカーも
来るよ！



- ・事前登録
 - ・施設見学
- も行っています！



みどりっこ

『センサーボトル』を作ろう！

ボトルの中でゆ〜っくりと動く様子は、
見ているだけで楽しく癒されます。
キラキラや海の生き物などのパーツを
入れて、自分だけのオリジナルボトルを
作って楽しみましょう♪



10月の相談窓口のご案内

11日(土)
25日(土)

- ① 9:00~
 - ② 9:45~
 - ③ 10:30~
 - ④ 11:15~
- 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

