

医)こばやし小児科
病児保育室
すくすくひろば



2025年4月
第136号

暖かく気持ちのよいぽかぽか陽気と共に、新年度がスタートしました。新しい生活になり張り切っている子どもたち。緊張がほぐれてくると疲れが出始めたり体調を崩しやすくなります。元気に過ごすためには、『早起き』『朝食をとる』『朝食後の排便』という、『朝の正しい生活習慣』をつけることが大切です。正しい生活習慣を身につけて、新年度を健康に過ごしていきましょう。



高熱時の対処

子どもは熱をよく出します。しかも夕方や夜にかけて上がってくる傾向があります。発熱とは、ウイルスや細菌と闘うために、脳からの命令によって体温を上げ、自分の体を守るための防御反応です。元気さ、顔色、目つき、食欲など全身の状態をしっかりと見てください。

発熱時のケア

- ・寒気がある時(顔色が青白く、手足が冷たく鳥肌たってガタガタ震えている。)➡毛布などで暖かくしてあげる
- ・熱のために暑がる時(熱が上がりきった状態)➡薄着にして涼しくしてあげる。首、脇の下、足の付け根など太い血管が走っている場所を冷やす。)
- ・余分な熱を放出するため、汗をかいたり体の多くの水分が失われ、脱水になりやすい。➡まめに水分補給をする。
- ・下着もこまめに替え、身体が冷えないようにする。

解熱剤について

解熱剤で発熱を無理やり下げるのは、感染症の自然治癒を妨げ、抵抗力を弱めることとなります。解熱剤は発熱による辛さを軽くするための薬で、病気そのものを治すものではありません。熱が高くても機嫌が良く、元気そうにしていたら解熱剤を使用する必要はありません。

解熱剤使用のタイミング

- ◎食欲がなく、水分も摂れない時
 - ◎機嫌が悪い、またはボーっとしている
 - ◎ゆっくり眠れない時
- ※1回解熱剤を使用したら最低6時間以上はあけましょう。
※子どもの解熱剤はお子さんの体重に合わせて処方しているので、用法・用量を必ず守って使用しましょう。
※また頭痛や歯痛などの痛み止めでも使用出来ます。



お城の町を
作ったよ♪
上手に作れたね!

病児保育室を利用される方へのお願い
診察時間は **8:00~8:30** となっております。診察時間に遅られる場合は必ずご連絡いただきますようお願いいたします。また、最終お迎え時間は **18:00** となっておりますのでご協力のほどよろしく申し上げます。

2024年4月~2025年3月の利用状況

計 1309 人			
高砂市	713 人	0~3歳未満	521 人
加古川市	487 人	3歳~5歳未満	410 人
明石市	52 人	5歳以上	378 人
姫路市	43 人		
その他の市	14 人		

先月の利用状況

鼻副鼻腔炎、胃腸炎、咽頭扁桃炎、B型インフルエンザ
ヒトメタニューモ(多い順) 1日あたり(2~8人)

	全体合計	0~3歳未満	3歳~5歳未満	5歳以上
高砂市	38 人	10 人	12 人	16 人
加古川市	38 人	18 人	9 人	11 人
その他の市	10 人	7 人	3 人	0 人
合計	86 人	35 人	24 人	27 人



病児保育室の詳しいご案内は
こばやし小児科ホームページを
ご覧ください♪

パンフレットも受付にあります!
お気軽に声をかけくださいね(〇)

