



すくすく室(病後児室) だより



3歳以降の肥満に 要注意!

乳幼児期は体重の変動が激しく、しょっちゅう増えたり減ったりしますが、あまり心配はいりません。特に1歳くらいまでの肥満は乳児肥満といって、歩けるようになって運動量が増えたと、どんどん体がしまってきます。ただ、心配なのは、3～6歳にかけて太ってきた場合。そのまま肥満につながりやすいので、注意しましょう。

食生活の見直しを

スナック菓子やジュース類のとりすぎに注意しましょう。



意識的に体を動かして

肥満気味の子は、体を動かすことを避ける傾向があります。本人の好きなあそびで、楽しく体を動かすようにしていきましょう。



手足口病に注意しましょう

症状

発熱することもある

てのひら、足の裏、口の中、おしりに、赤い発しんがある



下痢をすることもある

夏に流行することが多い病気。感染力が強いため、何度もかかる可能性があります。

口の中の水ぼうが痛むときは、プリンや野菜スープなどのどごしのよいものを。



治った後も、2～4週間くらいは便にウイルスがいます。おむつ替えの後は、しっかり手を洗ってください。

かかってしまったら園をお休みしましょう。熱が下がって1日以上経過し、いつもどおり食事ができれば登園可能です。

(場所) ふたばこども園(病後児室)

(所在地) 〒933-0843

高岡市永楽町6-65

(予約・問い合わせ) 0766-24-2359

※前日までご予約下さい。

(利用時間) 月曜日～金曜日

AM8:30～PM4:30

※土、日、祝日はお休みです。

(保育料)

半日(4時間以内)	1000円
1日	2000円
延長(PM5:30まで)	30分ごとに200円

※食事代が別途必要な場合があります。

★ 場合によってはお預かりできない場合もあります。