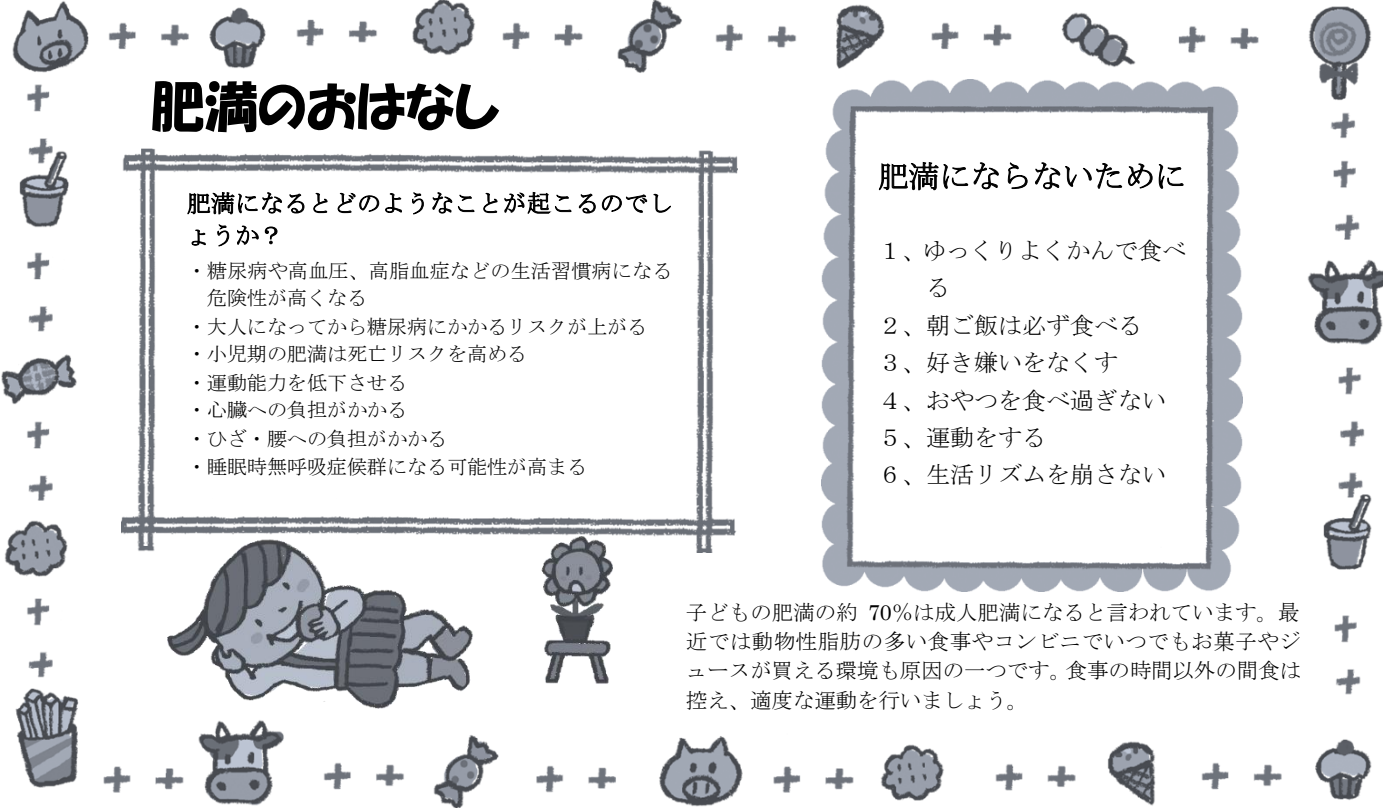




すくすく室(病後児室) だより



肥満のおはなし

肥満になるとどのようなことが起こるのでしょうか？

- ・糖尿病や高血圧、高脂血症などの生活習慣病になる危険性が高くなる
- ・大人になってから糖尿病にかかるリスクが上がる
- ・小児期の肥満は死亡リスクを高める
- ・運動能力を低下させる
- ・心臓への負担がかかる
- ・ひざ・腰への負担がかかる
- ・睡眠時無呼吸症候群になる可能性が高まる



肥満にならないために

- 1、ゆっくりよくかんで食べる
- 2、朝ご飯は必ず食べる
- 3、好き嫌いをなくす
- 4、おやつを食べ過ぎない
- 5、運動をする
- 6、生活リズムを崩さない

子どもの肥満の約 70%は成人肥満になると言われています。最近では動物性脂肪の多い食事やコンビニでいつでもお菓子やジュースが買える環境も原因の一つです。食事の時間以外の間食は控え、適度な運動を行いましょう。

高熱に注意!

溶連菌感染症

突然高熱の出る、非常に感染力の強い病気です。下記の症状が見られたら、早めに受診しましょう。

- 症状**
- 突然高熱が出て、のどがはれて痛みが出る
 - 全身に発しんが出る
 - 舌にイチゴ状の赤いぶつぶつが出る
 - おう吐、頭痛が起こる

注意! 症状が落ち着いたからと薬をやめると、腎炎などになる危険が。医師の指示どおり最後まで飲みましょう。

注意! 抗菌薬を飲んでから 24~48 時間は登園停止です。



(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。