





メディキッズ新山口
病児保育所だより
2023.5.1 No.2

病児室に関するお問い合わせ
メディキッズ新山口（ハートクリニック新山口内）
〒754-0020
山口市小郡平成町 1-18
TEL 083-976-2450
FAX 083-976-8555
HPはこちらから →  青藍会 



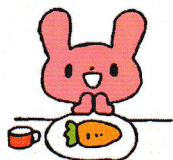
春の風が心地よく、さわやかな気候になってきました。しかし、体や心に疲れが出て、怪我をしたり体調を崩したりする時期でもあります。規則正しい生活を心掛け、元気いっぱい過ごせるようにしましょう。

♪♪生活リズムを身につけよう♪♪

新しい環境に入る春は、生活リズムを見直すチャンスです。
よい生活リズムを身につけることが、健康に過ごせる基本。ぜひ参考にしてみてください。

朝ごはんを食べよう！

朝ごはんを食べないと、活力がわいてきません。元気の源となる朝ごはんは、必ず食べましょう。

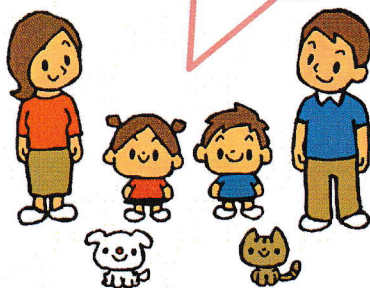


うんちは済んだかな？

腹痛を訴える子のほとんどが、朝の排便を済ませていないようです。朝食を食べて腸を動かし、毎朝の排便を習慣づけましょう。



リズムよく過ごすと、
いいこといっぱい(#^.^#)



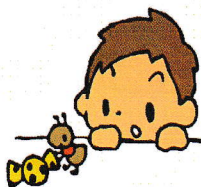
早寝早起きをしよう！

夜は早く布団に入って体をやすめましょう。
翌朝、自然に目が覚めてよいことがたくさんです。
♪気分よく目が覚める ♪元気にあそべる
♪もりもり食べられる ♪朝ごはんがおいしい！



《4月の主な疾患》

- ・喘息性気管支炎
- ・急性気管支炎
- ・風邪 他



♪こどもの日♪



5月5日の「こどもの日」には、こいのぼりを揚げたり人形を飾ったりして、子供たちの成長を願います。柏餅は子孫繁栄、ちまきには悪いものから守ってくれる力があるそうです。ひとつひとつ意味があることを知って、季節の行事を大切にできるとよいですね(*^_^*)

