

メディキッズ新山口

病児保育所だより

2024 .1.4 No. 10

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

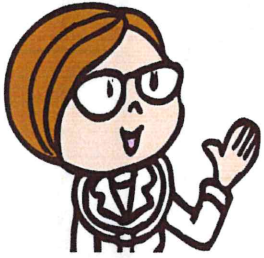


HPはこちらから

青藍会

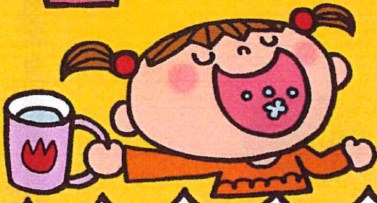


新しい年がスタートしました。年末年始はどう過ごされましたか。
今年も子どもたちが健康に過ごせるよう、病気の情報をお伝えしていきます。
今年もよろしくお願いいたします。



家族みんなで ガラガラうがい

かぜの予防に大切なうがいですが、習慣づけるのはなかなか大変ですね。まずはお母さん、お父さんがやって見せるのがいちばん！ 外から帰ったらすぐ「一緒にやろう」とお子さんを誘ってください。みんなでガラガラすれば、かぜなんかこわくない！ 小さい子は、口に水を含んで「ペッ」と吐き出すだけでも効果があります。



栄養をとってかぜを吹き飛ばそう

かぜの初期に
ネギみそ湯

みじん切りにしたネギと、小さじ1、2杯程度のみそをカップに入れ、熱湯を注いで完成。殺菌効果があります。

吐き気止めには
ショウガ汁

おかゆやみそ汁にショウガ汁を数滴たらして。吐き気を抑えるのに効果的です。

体の調子を整える
野菜類

野菜にはかぜを予防するビタミンがいっぱい！ 積極的にとりましょう。

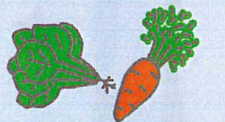
ビタミンC

不足するとかぜをひきやすい
キャベツ、ハクサイ、ダイコンなど



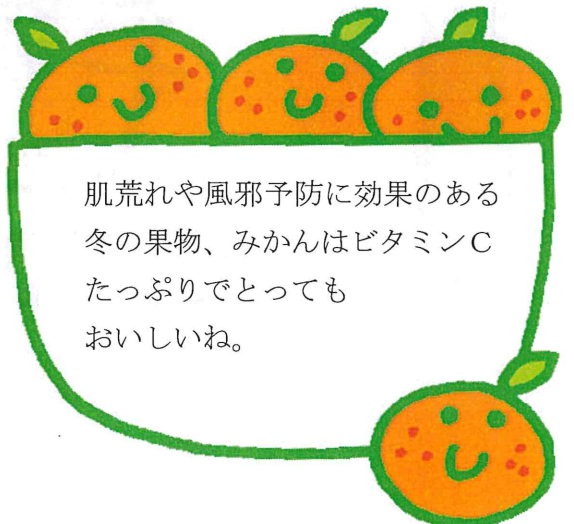
ビタミンA、カロテン

粘膜を強くする
ホウレンソウ、ニンジン、ニラなど



12月の主な疾患

- *アデノウイルス
- *インフルエンザ A 型
- *発熱



肌荒れや風邪予防に効果のある冬の果物、みかんはビタミンCたっぷりです。とってもおいしいね。



ご利用時のお願いとお知らせ！

2023年・11月からメディキッズ新山口の予約方法が電話からネット予約サービス
“あずかるこちゃん”に変更になっています！

*****たくさんのご登録ありがとうございます*****

☆ご予約は先着順ではありません!! 病状やお部屋の状況、スタッフの配置などにより
おとりすることができない場合がございます。(ごめんなさい(T_T))

☆あずかるこちゃんの入室前に必ずかかりつけ医の受診をおねがいします。

☆受診結果が出ている方が予約の優先となります。(お部屋割のため)

☆入室の際には引き続きコロナ検査が必要です。

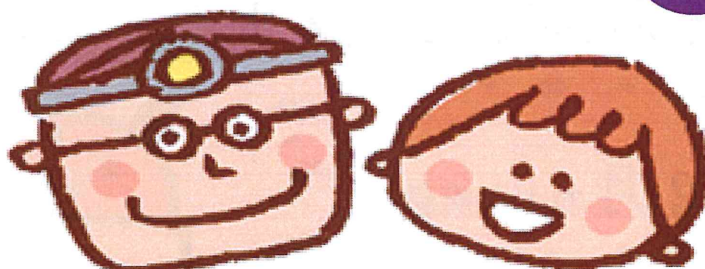
☆翌日分の予約確定は、前日16時～17時ごろにあずかるこちゃん経由で
お返事いたします。(お待たせしています。)

☆7時半以降にキャンセルされる場合にはキャンセル理由のご選択をおねがいします。

(キャンセル理由の集計を行っていますのでご協力おねがいいたします。)

☆ご利用者さまの対応中は電話やインターフォンにでることが難しい場合がございます
が、安全第一のため何卒ご理解いただけますと助かります。

★ 18時～8時までは留守番電話対応となっております。



◎たくさんのご登録ありがとうございます◎