にじいろ便り

第２号

社会福祉法人楽山会　第二椎の実子供の家
H28 年５月２日（月）

新緑の季節。満開だったピンクの桜も、鮮やかなグリーンにお召替え。ポカポカ陽気に子どもたちも身軽な服装で跳ね回っています。風は爽やかなのに、日差しは肌に刺す暑さが感じられます。これから、待ちに待った GW！お出かけの機会も多いと思います。ぜひ、子ども達に帽子の着用と水分補給を忘れずに、心がけてあげてくださいね！

お知らせ

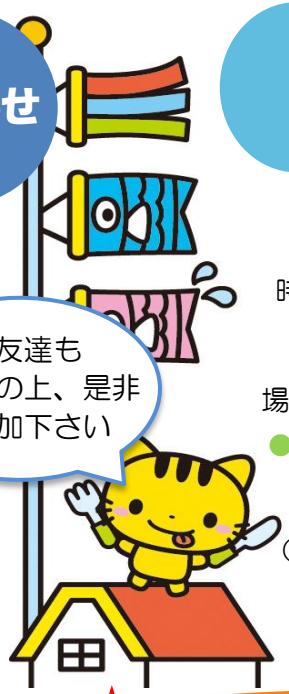
第１回 出産を迎える親の体験学習

親子でふれあい遊び
～わらべうた～

日にち／　６月１７日（金）
時間／　１０：１５～１１：００
持ち物／バンダナ・室内履き・くつを入れるビニール袋
場所／第二椎の実子供の家　遊戯室

●参加費無料！参加ご希望の方は、お電話ください。
電話／0422-44-4103
（担当／阿部）

お友達も
お誘いの上、是非
ご参加下さい



一時預かりやっています！

お仕事や、お子様を連れて行くことが出来ないお出かけの時、大人のリフレッシュ時間などご利用いただけます。

問合せ先／0422-44-4103（担当／阿部）

鼻水は油断大敵！病院を受診する目安は？

赤ちゃんの鼻は高さもなく鼻の穴も小さく機能が未熟なため、少しの刺激でもすぐに鼻水が出てしまいます。大人ならば、「鼻水くらいで病院にはいかない」という人も多いと思いますが、赤ちゃんは違います。「鼻水くらい」と甘くみてはいけないのです。赤ちゃんは中耳をつなぐ耳管という場所が太くて短いため、中耳に菌が侵入しやすく、風邪をひくとすぐに中耳炎になってしまう子もいます。**自分で上手に鼻水を吸い取れない場合は、早めに受診**して鼻水をとってもらいましょう。

こんな症状があったら早めに病院へ！

- 発熱している
- 咳が出て苦しそう
- 鼻水が黄色か茶色、緑がかっていて、ドロッとしている
- 鼻づまりがあり、眠れない
- 鼻づまりのせいでおっぱいやミルクが飲めない
- 目の充血や目やにがひどい
- 鼻水が数日続いている

春の離乳食メニュー
生後９～１０ヶ月

アスパラとさつまいものポタージュ

～材料～

アスパラ	15g
さつまいも	30g
ツナ（ノンオイルのもの）	10g
牛乳	30ml

１；アスパラはピーラーで皮をむいてから、粗いみじん切りにする。
２；さつまいもは皮をむき、柔らかく茹でて、マッシュする
３；ツナは水気を切って、ほぐしておく。
４；小鍋に、1、2、3と牛乳を入れ、軽く煮込む。

★アスパラは離乳食中期頃から食べられる食材ですが、アレルギーを起こしやすい食材の一つです。「遅発型フードアレルギー」といって、食べてかなり時間が経ってから頭痛や全身倦怠感などといった、アレルギーとは認識しにくい症状が出現することがあります。赤ちゃんに初めて食べさせる時には午前中に一さじから与えて体調の変化がないか、様子を見守りましょう。何かの時には病院の間に合う時間帯が良いです。