



★具合が悪い時の子どもの食事★

- **熱が高い時は⇒ エネルギーをたくさん使います。
エネルギー、たんぱく質の補給を!**
(煮込みうどん、卵雑炊、煮奴、ヨーグルト、りんご果汁など)
- **口内炎ができている時は⇒ 栄養が不足すると治りにくいので、栄養価の高いものを!
舌触りが良く、うす味、人肌の温かさで。(豆腐、卵、魚など)**
- **下痢をしている時は⇒ 腸を刺激しない消化の良いものを!
乳製品は、ひかえましょう。
(おかゆ、うどん、りんご、人参、大根、かぶ、じゃがいも、豆腐など)
脱水症状を防ぐため、水分補給を!
(湯冷まし、麦茶、りんご果汁など)**



【8月～9月】利用されたお子さまの主な病名は
感冒・感冒性症候群、RSウイルス・突発性発疹です。



◎ 10月は、寒暖差や気圧差によるアレルギー症状の悪化に
気をつけましょう!!

《 当保育室利用について 》

【対象】 1歳～小学校就学の下記にお住まいの方

- 上市市 ■ 山形市 ■ 天童市 ■ 寒河江市 ■ 村山市
- 東根市 ■ 尾花沢市 ■ 山辺町 ■ 中山町 ■ 河北町
- 西川町 ■ 朝日町 ■ 大江町 ■ 大石田町

【保育時間】 月曜日から金曜日

8時30分から17時30分

【保育料金】 1日 2,000円

半日 1,000円 (おおよそ5時間未満)

【給食料金】 500円 (税別)



県道からの出入り口は、側道をご利用下さい。

かみのやま病児保育室

ぽかぽか TEL 023-616-6171

当日でもご利用いただけます。

かみのやま病児保育室 ぽかぽか

ぽかぽかだより 第10号(令和3年10月25日発行)

企画・編集：かみのやま病児保育室ぽかぽか

登録者数：165名 延べ利用者数：209名