

保健だより

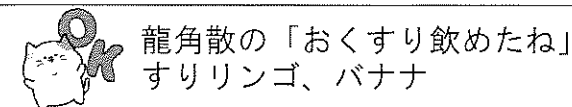
12月号



苦いお薬を上手に飲むには

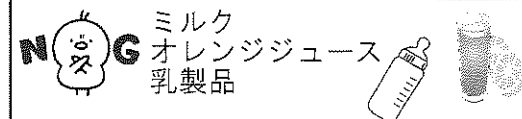
令和7年11月29日
第三福田保育園

インフルエンザや風邪などで抗生物質が処方されることがあると思います。粉末を水で溶いたものをすんなり飲んでくれると嬉しいですが難しいときもあります。そんな時に活用したい飲ませ方と逆効果になる飲ませ方をご紹介します。



龍角散の服薬ゼリーはノンシュガー、ノンカロリー、ノンカフェイン、保存料不使用、果汁不使用、アレルギー物質不使用なのもうれしいポイントです。

薬は挟むようにしましょう。
作り置きせず飲ませる前に子どもの見ていないところで作りましょう。



ミルクを今後嫌がる可能性が出てきます。また大きい子でもおかゆなどの主食に混ぜるのはやめましょう。

オレンジジュースや乳製品などと混ぜると苦みが強くなります。
薬を均一に混ぜると苦みを感じやすくなるのでやめましょう。

早いもので、今年も残り1ヶ月となりました。子どもたちにとっては、クリスマスに冬休みとお楽しみがいっぱいの月です。ただ、感染症も流行る時期です。寒さも厳しくなってきました。体調管理には十分気を配って楽しい思い出を作っていきましょう。11月は発熱でお休みする子がみられました。ただいま県内にてインフルエンザ注意報が発令中です。お気をつけください。

インフルエンザ罹患報告書提出のおねがいと出席停止の数え方

インフルエンザに罹った場合は、出席停止になります。出席停止期間は発症後、5日を経過し、かつ解熱したあと3日を経過するまでとなります。保護者の方が記入する「インフルエンザ罹患報告書」の提出が必要となります。医師による治癒証明書は不要です

保育園児 幼稚園児	発症日	発症後5日間（出席停止期間）					発症後5日を経過	
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発熱後 ①日目に解熱	発熱 X 出席停止	発熱 X 出席停止	発熱 X 出席停止	発熱 X 出席停止	発熱 X 出席停止	X 出席停止	 O 登園可	
発熱後 ③日目に解熱	発熱 X 出席停止	発熱 X 出席停止	発熱 X 出席停止	発熱 X 出席停止	発熱 X 出席停止	発熱 X 出席停止	 O 登園可	

食品に混ぜる際は自己判断せず薬剤師に確認してください

効果が弱くなったり強くなりすぎたりすることがあります



冬至



今年の冬至は12月22日です。この日は1年の中で一番夜が長く、その日にゆず湯に入ったり、かぼちゃを食べたりすることでかぜを引かなくなると言われています。
冬至＝湯治、柚子＝融通が利く、といった語呂合わせから定着したという考え方のほか、長い年月のかかるゆずの成長になぞらえて「長年の苦勞が実る」という願いが込められているとされています。お家でゆず湯に入る際はゆずはそのまま入れて切込みなどを入れないようにしましょう。ゆずの果汁などが刺激となって皮膚トラブルを起こす可能性があります。

