

おひさまだより



2021.11.30
せんだの森

気象庁によると、ラニーニャ現象の影響を受け、今年の冬は寒くなる予報だそうです。そこに加えて、空気の乾燥も急速に強くなっていきます。この乾燥した空気に感染症が流行するのもこれからとなります。

寒さに負けない体づくりと、感染症対策を自分たちでもできるようになるために、お部屋でも話をしていきたいと思えます。

11月のおさらい

11月のほけん指導

「寒いね。1枚、羽織ろうかな」

寒いね。上着を着て外に出ようか。



身体を動かしたら温かくなるね。

動いたら汗をかいたね。汗が冷たくなって寒くなるから、着替えようかな。

急な寒さに体も驚く冬の訪れです。そこで、「寒い時、どうやって体を温めたらいいかな。」という話をしました。「上着を羽織る」「マラソンなど身体を動かしてあそぶ。」など、生活の中で得た知恵を確認しました。りす組やくま組になれば、大人に言われなくても、1枚羽織ったり、靴下をはいたり・・・など、自分で行動を起こすことができます。

本格的な冬に向けてのお話ができました。



12月のほけん指導「寒い季節に起こりやすい事故から自分を守ろう！」

ストーブの近くには、どんな危険があるかな。

暗い中での降園、どんな危険がひそんでいるかな。



冬になると空気の乾燥により、大きな火事につながるが多くなったなあ・・・と、ニュースを見るたびに感じます。また、日の沈む時間も早くなり、降園の頃には真っ暗です。こんな寒い季節に起こりやすい事故を考えていきたいと思えます。

12月の休日診療医療機関 (*一部抜粋)



	小児科	内科・小児科
5日(日)	大日方小児科医院(光南町) 923-0798	小池内科循環器科(明治町) 922-3017
12日(日)	やすはらこどもクリニック(多治米町) 953-1152	ちかもり内科医院(曙町) 920-2360
19日(日)	いぶき小児科(城見町) 925-3482	上原医院(幕山台) 948-2101
26日(日)	小池病院(光南町) 932-3512	ふじもり医院(伊勢丘) 947-1275
30日(木)	みつふじ小児科(川口町) 953-0307	小林病院(春日町) 943-3111
31日(金)	おひさまこどもクリニック(御幸町) 955-3220	クリニック和田(多治米町) 953-8292

小児の休日・夜間の診療については、下記の場所で行っております。

福山夜間小児診療所(年中無休)

場所/福山市医師会館隣り 三吉町南

TEL/084-922-4999

10月1日より終了時間が30分早くなっています。

診療/19:00~22:30(受付は22:15まで)

早めの受診を心がけ、できるだけかかりつけの病院を受診しましょう。