



新年度がスタートして、あっという間に1カ月がたちました。子どもたちは新しい環境にだいぶ慣れてきたころではないかと思いますが、少し疲れが出てくるかもしれません。もし体調を崩してしまった場合は、はとぼっぼにご連絡ください♪

うんち スルリ、スッキリ出ていますか？

毎日うんちが出ていなくても、元気で食欲があり、うんちが“スルリ”と出て“スッキリ”するなら、大丈夫。でも、たとえ毎日うんちが出て、かたいうんちが続いたり、うんちをするのを痛がったりするなら、便秘と考えられます。痛みがあると排便を我慢するようになるため、便秘が悪化しがち。早めのケアが大切です。

便秘のサイン

- ・かたくてコロコロのうんちが少しだけしか出ない。
 - ・うんちの量が少ない。
 - ・うんちをするときに強いきんで泣く、痛がる。
- このほか、食欲がない、元気がないなどもよく見られます。

そんなときは！



こんなケアで便秘解消！

- ・水分をしっかりとる。
- ・野菜や海藻類、ヨーグルトなどを食べる。
- ・おなかをやさしくマッサージする。
- ・トイレに座る習慣をつける。

※なかなか解消しないときは、かかりつけ医に相談しましょう。



	利用人数 92人 (3/15~4/15)
病 気	インフルエンザ
	上気道炎
	胃腸炎
	RS ウイルス
	気管支炎

今月のはとぼっぼの様子



入室してしばらくは緊張した様子のお友だちでしたが、保育室に慣れてくると「この電車が好き！これに乗ったことあるよ！」とたくさんお話をしてくれました😊複雑なレールの組み立てもお手の物で、すいすい作り上げていく姿に感心してしまいました！

はとぼっぼのご利用は、まず電話でご予約をお願いします。

☆受付時間:平日8時~18時 土曜日8時~11時30分

☆翌日利用の予約:16時半~18時 ☎はとぼっぼ直通電話 087-835-2065