

## 病後児保育



認定こども園あおばとで、病気の回復期にあるお子さんを一時的にお預かりする病後児保育を行っています。

### 病後児保育Q&A

Q 病気の回復期とは？

A 医療機関による入院や治療の必要はないが、安静の必要のある子どもが該当します。病気の種類により回復期が異なるため、医療機関を受診してください。

Q お弁当は持参ですか？

A 食物アレルギーなど特別な場合を除き、昼食やおやつは施設で準備します。その他の必要な持ち物は施設の指示に従ってください。利用したい時はどうすればよいのですか？

Q 登録から利用までの流れは次のとおりです。

- ① 事前に利用登録書等を提出
- ② 電話で仮予約（利用の前日までに）
- ③ 医療機関で医師連絡票を発行
- ④ 電話で本予約
- ⑤ 利用

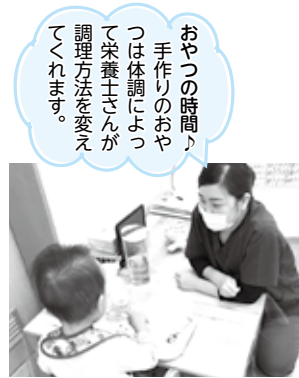
### ★対象児童

大磯町・二宮町内在住または保護者が大磯町・二宮町内に在勤・在学する生後6か月から就学前までの児童

★定員 3人（予約順）

★利用日時 月々金（祝日・年末年始を除く）の7時30分～18時30分

★利用料 1日2,000円  
（給食・おやつ代は別途負担、生保・非課税世帯は免除あり）



おやつ時間、手作りのおやつは体調によって栄養士さんが調理方法を変えてくれます。

### 問登録・利用について

認定こども園あおばと

病後児保育室「もりのうさぎ」  
☎（74）5918

### 問制度について

子育て支援課 ☎内線317

## こんにちは 栄養士です

### 子どもの食事と食物アレルギー

#### 食物アレルギーとは？

特定の食物に含まれる「アレルゲン」に対する免疫の過剰な反応により、皮膚、粘膜、消化器、呼吸器などに様々な症状を起します。

特定の食物を食べると、かゆくなったり、体調が悪くなったりするとう場合、自己判断せずに、医療機関を受診しましょう。

#### 妊娠中の食事と食物アレルギー

お腹の赤ちゃんはお母さんが食べたものから栄養素をもらって成長します。妊娠中は、特に食生活に気を使うものです。

基本的には、お母さんの食事が原因で、赤ちゃんが食物アレルギーを発症することはないと言われています。お母さんの健康と、赤ちゃんの健やかな発育のためにも、偏らず、バランスよく食べましょう。

#### 離乳食と食物アレルギー

離乳期は、初めての食材は少量から食べさせることが大切です。離乳食の開始を遅らせたり、特定の食材の使用を控えたりすることは、食物アレルギー発症の予防にはならないと言われています。時期に合った食材を食べさせ、いろいろな味や香り、食感を教えてあげましょう。

### 食物アレルギーの食事

食物アレルギーと診断されると、原因食物の除去が必要となります。食物除去に対する考え方はここ数年で大きく変わり、「疑いがある食物は除去する」から「正しい診断に基づき必要最小限の食物除去」が基本となつていきます。念のためと、いろいろな食品を除去してしまうと、必要な栄養素が不足する可能性があります。医師の指示のもと、食物除去を行うことが大切です。

また、食物アレルギーと診断されても、成長とともに食べられるようになることがあります。定期的に受診しましょう。

最近の研究では、荒れた肌から食品中のアレルゲンが体内に入り、アレルギーを引き起こすことがわかり、乳児期からのスキンケアが大切だと言われています。

お子さんの食事について、気になることや困ったことがあれば、いつでもご相談ください。

☎スポーツ健康課 小宮山  
☎内線319

GO TO 東京オリ・パラ 2020 Vol.11

ブータンってどんな国？  
～国の概要編～

ブータン王国は、南アジアに位置し、北は中国、南はインドに挟まれています。

首都は、西ブータンにある「ティンペー」で、ティンペーの標高は約2,300mです。ブータン北部の高山地帯は、標高7,000m、南部の亜熱帯は300mと、国の面積が日本の九州ほどでありながら、標高差の厳しい地勢の国です。

気候は、地方によって標高の違いから大きく異なります。首都ティンペーの気候は、夏の雨季と、冬の乾季に分けられます。雨季では、最高気温が20度ほど、乾季では、13度程度で、比較的過ごしやすい気候といえます。

ブータンの公用語はゾンカ語と英語です。学校では、国語はゾンカ語で、それ以外の授業は英語で教えられているため、英語が堪能な人が多いそうです。ゾンカ語で「こんにちは」は「クズザンポーラ」です。ぜひ覚えてみてください。

そのほか、国内では、18ほどの言語が話されています。多様な言語が遺されているのは、厳しい地勢が人々の頻繁な交流をばんできたことが影響しているのかもしれませんが。

☎政策課 ☎内線205