

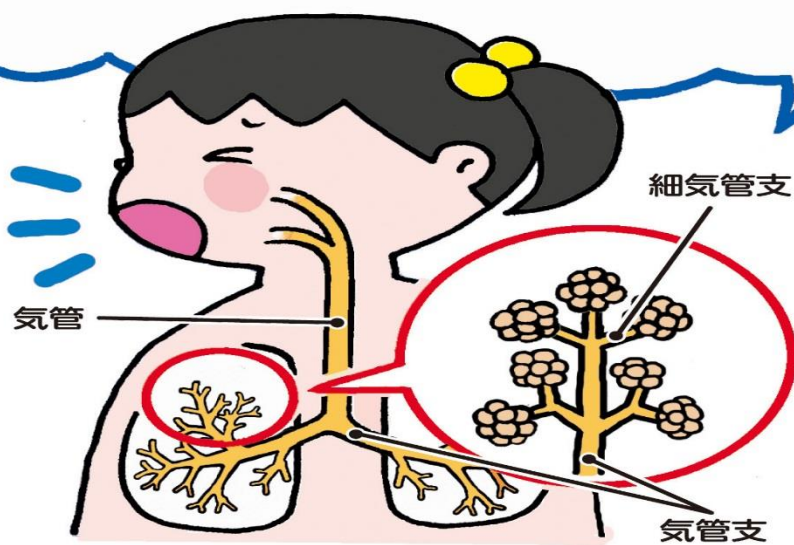


暖かな柔らかい日ざしが差し込むようになり、ようやく寒さが和らいできたようです。周りに目を向けてみると、赤やピンクの花びらが目立つようになり、春の明るさを演出してくれているようです。

まだまだ昼夜の寒暖の差があります。調節しやすい衣服を着用し、体調管理に気をつけましょう。

## かぜからくるせきの病気

かぜは幼いほど重症化しやすいもの。かぜをひいた後、せきが続くことがあれば、のどの炎症が気管支や細気管支にまで進んでいるのかもしれない。



### こんな症状

#### 気管支炎

- 38℃以上の発熱
- 「ゴホゴホ」というたんが絡んだせき
- 日中も、睡眠時もせきが止まらない
- 2歳以下は、呼吸困難を起こすことも

#### 細気管支炎

- 熱はあまりないが、出ても微熱程度
- 次第にせきとたんが増える
- 息をすると「ヒューヒュー」「ゼーゼー」という音がする

### せきがひどいときは…

- 上体を起こすとたんが切れて、呼吸しやすくなります。
- 0、1、2歳の小さな子は、縦抱きで背中を軽くたたいてあげましょう。
- 部屋の加湿と水分補給を。湿度は50～60%くらいが目安です。



## 1歳でも花粉症になる？

花粉症になるのは小学生ころからと言われていましたが、最近は少ないながらも1歳過ぎでかかる子もいるそうです。小さい子はつらさを言葉で伝えることができないので、気になる症状が見られたら、一度病院の受診をお勧めします。

### 気になる症状

水っぽい鼻水が続く

外に出たときに目をかゆがる

目がくじゅくじゅくしている



### なってしまったら

- 花粉の飛ぶ時期は、布団を外に干さない
- 部屋に入るときは、服に付いた花粉をはらう
- 外から帰ったら、ぬれたタオルで顔をふく



## ひなまつり



昔から桃の木は聖なる木とされているので、この時期に咲く桃の花を行事にもちいるようになったからです。

ちなみに、桃に邪気を払う力があることから、桃太郎が邪気の象徴である鬼を退治する話がありました。

● **はまぐりの潮汁**  
はまぐりのお吸い物で、3月3日に磯遊びをして魚類を供えたなごりです。はまぐりなどの二枚貝は対の貝が合わなければ、何事にも相性のよい相手と結ばれて、なかむつまじくすくすくするよう。この意味がありま。開いた貝の両側にそれぞれ身をのせ。一つの貝に2つ分の身をのせる。符の幸せを折っていただきます。

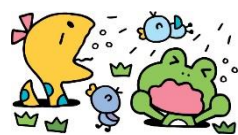
● **白濁**  
もち米、みりん、米こうじ、焼酎などで作ったにごりのあるお酒です。本来は桃が百歳に通じるため、桃の花びらを浮かべた「桃花酒」を飲んでいましたが、江戸時代に白酒ができて定着しました。

● **ひなあられ**  
關西風は餅をくだいて揚げたあられですが、関東風は米粒をあぶったものが原形です。





## 2月利用のおともだち



予約受付 電話：0282-86-5505 内線：5955

月～金曜日 7時15分～18時00分

ご利用は申し込み順になります。

まずは、お問い合わせください。

獨協医科大学病院 病児保育室にじいろキッズ



### 2月利用状況

病児利用件数 13件  
キャンセル 8件