



あけましておめでとうございます。年末年始のお休みはいかがだったでしょうか。不規則な生活習慣がついてしまった……というおこさまはいらっしゃいませんか？ 厳しい寒さの中でも元気いっぱい子どもたち！ 病気を寄せ付けない丈夫な身体作り、環境作りに気を配り、寒い冬を元気にのりきりましょう。



免疫力をUPさせよう！

くしゃみ・鼻水・鼻づまり・のどの痛み・咳・発熱・頭痛・倦怠感など…いわゆる風邪の症状の80-90%の原因はウイルスだと言われています。鼻の粘膜についたウイルスを追い出そうとする反応が、くしゃみ・鼻水。胃や腸からウイルスを追い出そうとする反応が下痢・嘔吐です。さらに、発熱も免疫反応の一つです。

栄養素をバランスよく摂取し、しっかり体を動かしてストレスをためず、ぐっすり眠り、昼間は元気に外で遊びましょう！ こうすると、腸内環境も整い免疫力もアップします。ウイルスの特効薬はありません。お薬の必要性も主治医としっかり相談して、自己免疫で治せるからだ作りを考えてみましょう！



あら！熱があるわ。
どうしよう

病児保育の利用手順

- ★プリスクール内の病児保育へ空き状況確認のお電話を！（☎ 871-9239）
- ★利用時間を伝える（原則8時間利用。8時間以上利用する場合は要相談）
- ★医師の診断書（診療情報提供書：病児保育HPよりダウンロード <https://www.flanders-m.com/caremothering.html>）が必要です。必ず前日に受診し診断内容を電話にて連絡
- ★病児保育担当看護師と上記内容を相談し受け入れ決定します
- ★右の無料券を切り取り、ご提出ください。
- ★通常保育では、有熱者・通常の食事ができない・機嫌が悪いなど、いつものおこさまの様子と違う場合にはお預かり出来かねる場合があります。そんなときは病児保育をご利用ください。

マザーリングからの
お年玉

2020のスタートはこれ！

**病児保育
1日無料券
プレゼント**

★期間中1日病児保育を無料でご提供させていただきます（8時間のご利用となります）

★但し、ご利用はおひとり様1回限りにさせていただきます

★使用期間 2020年6月末日まで

★病児保育規約に基づき、すべてのお申し出を受け入れるものではありません。

病気が蔓延するこの季節、保育園に預けることができない…というとき！病児保育に預けてみませんか？
看護師がマンツーマンで病気のおこさまのお世話をさせていただきます。

マザーリング全園のおこさま、ご父兄の方に安心してお預かりできる体制を是非！ご体験ください！！