



今年も残すところあと少しとなりました。今年の冬は、寒くなることが予想されているようです。親子で手洗いうがいをこまめにして、睡眠もしっかりとり、元気に冬をのりきってください。

9月から11月に多かった病気

☆普通の風邪・・・鼻咽頭炎・上気道炎

☆感染症・・・★手足口病

断続的に流行しています

★マイコプラズマ肺炎

初めは普通の風邪かな？と診断されることもあります。咳や熱が続く再度受診するとマイコプラズマ肺炎と診断される事も増えています

子どもの体調がすぐれず、仕事を休めない時はまずは下記に電話して下さい！！

枚方市病児保育室（市立ひらかた病院内）

TEL (072-847-7130)

開室時間

（月～金）

8:00～18:00

（土）

8:00～13:00

場所：市立ひらかた病院正面玄関入口の右側の通路を進んでください。

病児保育室 Q&A

Q1 電話がつながる時間はいつですか？

A 24時間つながります。開室時間（8:00～18:00）は病児保育室の職員が対応します。それ以外の夜間は委託会社の方にお願いしています。予約や予約後の病名の連絡やキャンセルをすることができます。是非ご利用下さい。

インフルエンザ対策はお早めに

インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防を心がけましょう！

予防のために

- ① 予防接種を受けるようにする
- ② 外から帰ったら、必ずうがいと手洗いをする
- ③ 栄養のある食事と、水分をしっかり取る
- ④ 室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気する
- ⑤ 室温は 20℃ 前後、湿度は 60% くらいを保つ
- ⑥ 人込みを避ける



たっぷりの睡眠も大切！

