



のびのびひろば

開催日 毎週 火・水・金曜日
時間 9:30～14:30
場所 みなみ保育園

保育園の子育て支援室を
開放しています。
子育て仲間を誘ってゆったり
過ごしてくださいね。
室内のおもちゃは自由に使えます。

☆☆☆遊びに来てね☆☆☆

わらべうた

♪おつきさま えらいの

おつきさま えらいの
かがみのように なったり
くしのように なったり
はるなつ あきふゆ
にほんじゅうを てらす

子どもとスキンシップ

新聞ハードルジャンプ

遊び方

新聞紙を横長になるように折り、
両端をママとパパが持ちます。
新聞紙の上を子どもが飛び越えま
す。

基本ができたならやってみよう

ママとパパは新聞紙を持ち上げて、
新聞紙の下を子どもにくぐらせま
す。
ジャンプとくぐるのをリズム良く、繰
り返します。

油断
しないで

RS ウイルス感染症

秋から冬はRSウイルス感染症が流行しやすい季節です。RSウイルスは身近なウイルスで、
免疫のある大人にはごく軽い風邪ですが、初めてかかる子ども、特に6か月未満の赤ちゃん
では症状が重くなります。家族全員で予防しましょう。

Q

せきの風邪って聞いたけど、
どんな病気？

A

せきが出て、呼吸がゼロゼロす
るほか、高い熱が出ることも。

RSウイルス感染症は、「せきがひどい風邪」と
思っている人が多いようですが、特に乳幼児では
高い熱が数日続くことがほとんどです。せき以外
にも「ゼイゼイする息苦しさ」を伴い、夜眠れな
くになってしまうことも。また、症状の回復後に中
耳炎の合併もしばしば見られます。

Q

治すにはどうすればいい？

A

特効薬はありません。
安静にして休ませましょう。

RSウイルスに効く薬はありません。ゆっくり
休んで、体がウイルスを退治するのを待ちましょ
う。登園を再開するには、「ゼロゼロした呼吸音
やせきが治まり、元気に過ごせる（呼吸器症状が
消え、全身状態がよい）」状態まで回復している
ことが必要です。



Q

なぜ注意が必要なの？

A

小さい子どもほど
重い症状が出ます。

RSウイルス感染症は、初めてかかったときに
重い症状が出るのが特徴で、気管支炎や肺炎で入
院が必要になることもあります。

- 呼吸に合わせて肩を動かす
- 呼吸するとき胸がへこむ
- ゼイゼイして、ミルクの
飲みが悪い

などは、息苦しさがひどいサ
イン。早めに受診しましょう。



Q

予防に必要なことは？

A

周囲がマスクをつけ、こまめに
手を洗いましょう。

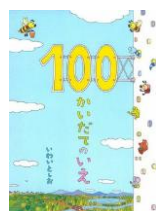
RSウイルス感染症は、2回目以降の感染では症
状が軽くなることがほとんどで、大人では軽いせ
きが出る程度のことも。そのため、周囲の人が知
らないうちに、子どもにうつす可能性があります。
せきや鼻水の症状があるときは、大人がマスク
をつけましょう。また、ウイ
ルスは手を介してもうつるの
で、こまめに手を洗いましょ
う。



おすすめの絵本

100かいだてのいえ

作: いわい としお
出版社: 偕成社



縦にひらくながい絵本「100かいだてのいえ」
は、トチくんが手紙をもらうところから始まりま
す。「ぼくは100かいだてのいえの てっぺん
にすんでいます。あそびにきてください。」
100かいだてのいえ？ おもしろそう！トチくん
と一緒に試してみることにしましょう。そのい
えは、見上げても上の方はかすんでいてよく
見えません。「ごめんくださいーい！」おそるお
そる中に入ってみると...

ハンバーグハンバーグ

作: 武田 美穂
出版社: ほるぷ出版



生き生きとした子ども達の日常を描いた作品が人
気の絵本作家武田美穂さん。今度の作品の主人
公はなんと「ハンバーグ」。子ども達もお母さんや
お父さんも出て来ません。ハンバーグが出来上
がっていく様子を追っていくだけ。「こまかくこま
かくトントントン」「ちぎってちぎって」「わしわし わし
わし」「ジュージュー」...これが、なんと美味し
そう！

木の葉が色づき始め、秋がぐんと深まる10月。風もからりと心地よく、外で体を動かすのが気持ちよい季節です。お散歩の途中で拾った落ち葉や木の実、子どもたちの宝物。自然の中に、発見や遊びのヒントがたくさんあります。10月31日はハロウィン・仮装したり、おばけの工作をしたり、ちょっとドキドキわくわくの行事も楽しめますね。気温も下がってくる時期なので、衣服の調節や風邪の予防を心掛けましょう。