

おひさまだより



2022.12.23
せんだの森

冬至を過ぎ、ここから少しずつ春へ向かっていきますが、寒さの本番はこれからです。すでに日本列島には冬将軍がやってきて、大雪を降らせています。この冬は、もしかすると福山にも雪が降り積もるかもしれませんね。冬の乾燥は、肌にも喉にも大敵です。が、ウイルスには居心地がいいようで、感染症の流行する時期になります。インフルエンザ A 型は、すでに福山でも流行り始めているようですので、手洗い・うがい・換気を続けていきたいと思います。

12月のおさらい

「寒い季節に起こりやすい事故から自分を守ろう！」

ストーブの近くには、
どんな危険があるかな。



寒い時期の危険について話をしました。

くま組では、グループトークも取り入れながら進めてみました。ストーブやアイロンが危ないことは、とてもよく理解していましたが、石油ストーブやガスコンロを知らないという子もいて、時代の変化を感じました。

また、冬至は過ぎても、まだまだ暗い時間が長い日が続きます。暗い中での降園も危険が潜んでいるよと話をしました。

暗い中での降園、
どんな危険がひそんでいるかな。



1月の保健指導

「はやね・はやおき・あさごはん!で、パワーアップ!」



5月の保健指導のテーマをもう一度振り返ります。寒さに加えて、感染症も増えてくる時期です。生活リズムを整え、しっかり食べて、しっかり動くことで、免疫力もUPさせましょう。

年末年始は、病院も長いお休み期間に入ります。
楽しい休み期間を過ごすためにも、体調がすぐれない場合は、
かかりつけ医での早めの受診をくださいね。



1月の休日診療医療機関 (*一部抜粋)



1日(日)	木村小児科(南蔵王町) 943-7117	日野内科・小児科クリニック(新涯町) 957-7222
2日(月)	小池病院(光南町)小児科 932-3512	よしだレディースクリニック(新涯町)内科・小児科 954-4455
3日(火)	いけだ小児科(南蔵王町) 973-1500	日野ホームクリニック(御門町)内科・小児科 923-1939
8日(日)	坂本眼科小児科クリニック(大門町) 946-6656	大石病院(川口町)内科・外科 953-3215
9日(月)	みつふじ小児科(川口町) 953-0307	いしおか医院(大門町) 946-5100
15日(日)	福田内科小児科(瀬戸町) 951-2201	藤本外科胃腸科肛門科クリニック(御門町) 内科・外科 927-1414
22日(日)	いぶき小児科(城見町) 925-3482	福山回生病院(引野町) 941-0665
29日(日)	おひさまこどもクリニック(御幸町) 955-3220	富永内科医院(奈良津町) 922-6139

小児の休日・夜間の診療については、下記の場所で行っております。

福山夜間小児診療所(年中無休)

場所/福山市医師会館隣り 三吉町南

TEL/084-922-4999

診療/19:00~23:00(受付は22:45まで)

早めの受診を心がけ、できるだけかかりつけの病院を受診しましょう。