

たんぽぽ通信



2026年 春号

編集・発行：前橋赤十字病院 病児・病後児施設たんぽぽ

やわらかな日差しにつつまれて新年度が始まり、新しい生活にも少しずつ慣れてきた頃ではないでしょうか。

【病児保育たんぽぽ】では保護者の方が安心してご利用いただけますように、お子様の状態に合わせて遊びや食事、体調の変化などを看護師と保育士と一緒に見守っています。子どもが熱をだしたり、怪我をしたりして登園、登校が出来ない。それでも仕事が休めない。そんな時に保護者の方が安心してお子様を預け仕事出来るように病児保育があります。もしもの時にはご利用をお待ちしています。

生活リズムを整えるために！！

人は朝になると、体を動かすための交感神経が働き、夜になると、体を休ませ疲れを取るための副交感神経が働きます。



眠りを誘うホルモンのメラトニンは、朝、目覚めてから14～15時間後に分泌が始まると言われています。夜になっても明るいままだと、分泌は抑えられ、寝付きにくくなり、睡眠中に体の疲れを取る働きも低下してしまいます。寝る直前までタブレットやスマートフォンを見ていると、脳が興奮状態となり、うまく寝付けなかったり、浅い眠りになったりするそうです。

また、食事時間も大切で食欲がない場合は時間をずらすのではなく、食事量を調整し、同じ時間に食べるのが良いようです。朝ごはんを抜くと、体を活動させるエネルギー不足となるうえ、体調も崩してしまいます。

規則正しい生活リズム作りを心掛けましょう。



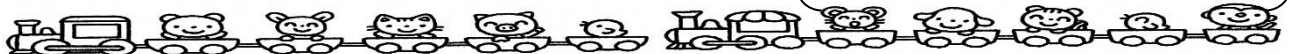
2025年度：ご利用のお子様の疾患で多かったものを紹介します。

- ・上気道炎/感冒 ・インフルエンザ A/B ・胃腸炎 ・下気道炎/気管支炎 ・気管支喘息 ・水痘
- ・中耳炎 ・マイコプラズマ肺炎 ・溶連菌感染症 ・咽頭結膜熱 ・ヘルパンギーナ
- ・RS ウィルス感染症 ・流行性耳下腺炎などです



【あずかるこちゃん】の名称が【TeOTe】に変わります
名称は変更になりますがご利用方法に変更はありません。
2026年度中は移行期間になりますのでご承知おきください。

新年度に伴い、ご登録いただいている内容のご確認・更新をお願い致します



病児・病後児保育施設「たんぽぽ」

住所：前橋市朝倉町 389 番地 1 ☎027-225-5264

お預かり対象年齢：生後 8 週間から小学校 3 年生まで

定員：1 日 4 名 利用料金：1 日 2000 円

利用時間：月曜日～金曜日 午前 8 時～午後 6 時（延長なし）

☆ 詳細は、前橋市または、たんぽぽのホームページをご覧ください。

ご利用方法、見学などいつでもご相談ください。

