



たんぽぽ通信

2025 年 秋号

編集・発行：前橋赤十字病院 病児・病後児施設たんぽぽ

まだ汗ばむ日もありますが秋の訪れを感じるようになりました。
朝夕の気温の変化が大きくなり、衣服の判断に迷う季節ですね。
冬に向かうこの時期は、免疫力が低下しやすくなり、感染症にかかるリスクも高くなります。

感染症などに負けないからだ作りに大切なことは……

- ① 外でたくさん体を動かす。
- ② 栄養バランスのとれた食事を摂る。
- ③ 睡眠を十分に取る。
- ④ 薄着の習慣をつける。

できることで得られる健康があります！

笑って過ごそう！！ 元気 UP！UP！

私たちの体にウィルスなどが侵入すると、ナチュラルキラー細胞（免疫力）が退治してくれます。
ナチュラルキラー細胞を元気にするのは、私たちの『笑い』だそうです。

笑うと・脳の働きが良くなる。

- ・血液の流れが良くなる。
- ・ストレスの解消になる。
- ・自律神経のバランスが良くなる。
- ・幸福感がアップする。 など 良いことがたくさんあります！！



【夏にご利用になったお子様の疾患】

：上気道炎・感冒 ：マイコプラズマ肺炎 ：胃腸炎 ：気管支炎
：咽頭結膜炎 ：ヘルパンギーナ ：流行性角結膜炎 ：水痘 などでした

【病児・病後児保育予約サービスあずかるこちゃん始まりました】

従来の電話でのご予約からウェブサイトでの予約に変更になります。

あずかるこちゃんのアカウントを作成し、登録をしてからのご利用となります。

詳細につきましてはホームページ等をご確認ください。

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。

