



# あんずだより

## 特別号①

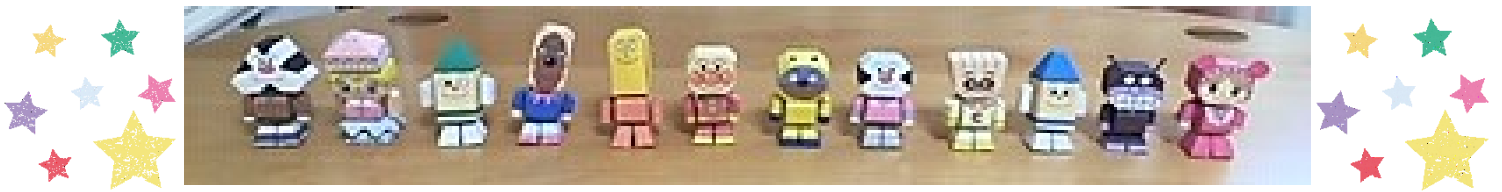
緊急事態宣言が5月末まで延長されました。おうちでの過ごし方にお困りの保護者に、少しでもお役に立てればという思いで特別号を発行しました。特別号では「病気の時のおうちでの過ごし方や遊び方」などについて発信していきたいと思います。

### 保育

### ☆☆☆ ペーパークラフト ☆☆☆

ペーパークラフトとは、紙を素材として作る模型です。インターネットで無料ダウンロードできるものがたくさんあり、あんずでも人気です。お家にプリンターがあればいつでも遊べます。お家にプリンターが無い方は、コンビニのネット印刷をご利用されるのも良いかもしれません。

今回ご紹介するアンパンマンのペーパークラフトは少し難しいので、小学生のお子さんにおすすめです。小さなお子さんも見ただけで喜んでくれます。あんずの保育室にも飾ってあり、小さなお子さんは指をさして「パンマン！パンマン！」と言ったり、「これは？これは？」と次々質問してきいたり、みんな集まってきます。紙でも意外にしっかりとした作りなので、持って遊べます（優しく持ってね）。



こちらは、食べ物のペーパークラフト。可愛いお弁当や果物ができあがります◎

作るだけでなく、完成したら、おままごと遊びにも発展させられます。インターネットで「ペーパークラフト 食べ物」と検索すると沢山出てきますよ！



パソコンやプリンターがお家がない方におすすめなのが、いらない広告を使って、メニュー表作りです。色紙に切って貼って、お店屋さんごっこで遊べます☆





# あんずだより

特別号②

## 保育

### ☆☆☆ プラレール ☆☆☆



プラレールはあんずの中でも人気があるおもちゃの一つです。電車や動物が好きなお子さんは、入室してプラレールを発見すると、目がキラキラ☆ 初めての利用でも、機嫌良くお母様と離れて遊び始めることが多いです。線路をつなげ、トンネルや踏切を設置し、電車を走らせ楽しめます。

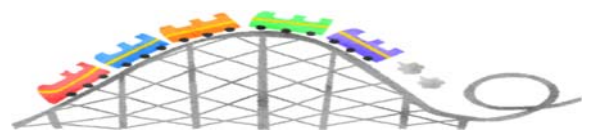


隔離室だと一人なので、誰にも邪魔されることなく、お部屋いっぱいプラレールを広げてあそぶこともできます。お昼寝後もまた遊びたい子、もっと遊びたくて「もっと遊びたいよー！！」と言い出す子もたまにいます。そういう時は、プラレールの中に布団をセット！「電車見ながらゴロンしようか〜？」と誘うと、スムーズに布団に入り、電車を眺めながらウトウト・・・夢の中。



年長さん位になると、自分で色々線路に工夫し始めます。  
①この写真は、6才の男の子と一緒に作ったものです。保育室にあったカゴ、ティッシュボックス、空箱などでレールに高低差をつけ、ジェットコースターのようにして、プラレールを楽しみました。

あんずでは日々色々なお子さんが来ます。同じおもちゃでも、様々な遊び方、楽しみ方をお子さん達から教えてもらうことが多いです。



発行： 2020年5月18日 病児保育室あんず





# あんずだより

特別号③

看護



## おくすりを上手に飲んでもらうためのアドバイス



お薬を上手に飲めた時は褒めてあげましょう。ほめてもらうと子供はうれしくなり、次も嫌がらずにお薬を飲むようになる事があります。また、お薬を飲めないといつ叱ってしまいがちですが、叱られたことが嫌な思い出となってしまう、お薬嫌いになってしまう事がありますので気を付けましょう。

大きいお子さんには、お薬を使う理由を話してみましよう。理由を理解することで、お薬をきちんと飲むようになることがあります。お薬を使って症状が良くなったら、『お薬を飲めたから良くなったんだよ』と伝えてあげることも大切です。

病児保育室あんずでも、朝のお薬を飲むことが出来ずに入室する子や、昼食後のお薬を嫌がったりする子がいます。お薬の中でも粉薬は苦手な子が多く、ご家庭でも飲めなくて困っているとの声を聞きます。そこで、病児保育室あんずでの、粉薬の飲ませ方や工夫していることをご紹介します！



### ☆☆ 粉薬の飲ませ方 ☆☆



水に溶いてコップで飲ませる時は、水の量は一口か二口くらいで飲める量に → します。水の量が多いと飲み終わるまでに時間がかかり、飲むのが嫌になってしまいます。



それでも飲めない時は、スポイトを使用することもあります。

使用する時は頬の内側に少量ずつ流し入れます。一口の量が多いとむせる事があるので注意しましょう。スポイトに慣れてくると自分から吸い付いてチュウ → チュウと飲んでくれることもあります。



### POINT

☆粉薬は、少量の水（一口か二口で飲める程度）で作る。飲み終えたら白湯や麦茶等で口の中をさっぱりさせてあげてください。

☆粉薬は、水か白湯で溶くのが原則ですが、それでも飲めない場合は、少量のジュースやアイス、プリン等味の濃い物に包んで飲ませるのも方法の一つです。（一緒に飲むと苦みが増す、スポーツ飲料グレープフルーツジュースは避けます）

☆飲めた時には必ず褒めてあげましよう！！次もがんばろうという気持ちにさせてあげることが大切です。

発行： 病児保育室あんず 2020年5月22日





# あんずだより

特別号④

## 保育 ★★★ あんずで人気のおもちゃ紹介 ★★★

### あんずで人気のおもちゃを年齢別にまとめてみました

年齢別人気のおもちゃ

<p>0才児・・・★ペットボトルじゃら ★チェーン ★重ねカップ</p> 	<p>4才児・・・★シルバニア ★パズル ★レゴ ★ぬりえ</p> 
<p>1才児・・・★ぼっとな落とし ★やりたい放題 ★アンパンマンの歌の絵本 ★アンパンマンの型はめ</p> 	<p>5才児・・・★折り紙 ★ぬりえ ★ミッケ ★レゴ</p> 
<p>2才児・・・★チャギントンの電車 ★おままごと ★ブロック ★シール貼り</p> 	<p>6才以上・・・★ドミノ ★オセロ ★カードゲーム ★ペーパークラフト</p> 
<p>3才児・・・★ブロック ★おままごと ★プラレール ★ごっこ遊び</p> 	

数あるおもちゃの中、あんずでよく使われているのが、“ペットボトルじゃら”です。簡単に作ることができ、遊びの用途も広いです。例えば、乳児ではシャカシャカ振って音を楽しみながら遊び、幼児になるとおままごとのジュースや調味料として遊びます。もっと大きい子では、マイクとして使っていた子もいます。“ペットボトルじゃら”は、下記に作り方を載せていますので、参考にしてみてください。↓

### ～ペットボトルじゃらの作り方～

- ①R-1 ドリンク（子どもが一番握りやすい）の空きペットボトルをよく洗い乾かす。
- ②乾いたら、ビーズやキラキラするモール等、好きな物を入れる。
- ③蓋をする時、開かないようにする為、蓋の内側に木工用ボンドを塗って蓋を閉める。
- ④ボンドが乾き、蓋が開かない事を確認したら、完成！！

☆写真左は食紅で色を付けた水を入れて、同じように作りました。

おままごとでジュースや調味料としてとして使えます。

発行：2020/5/26

病児保育室あんず





# あんずだより

特別号⑤

看護



## 咳で眠れない時のアドバイス



今回は「夜、咳き込んで眠れない、何度も起きてしまう」というときの対処についてです。



病児保育室あんずのお預かり中に咳が出やすく、特に辛そうとを感じるのは、お昼寝の時間です。お家でも夜間に咳が止まらず、熟睡できていない状況で入室ということもよくあります。咳が出ているときは、こまめな水分補給、お部屋の温度（夏は 26-28℃、冬は 16-21℃）や湿度（夏冬ともに 50%前後）を整えてあげると良いでしょう。

☆.....☆.....☆.....☆ ☆.....☆.....☆.....☆

寝る時は、上半身の下にバスタオルやタオルケット、座布団など厚みのあるものを敷き、二つ折りや三つ折りに調整して傾斜するようにして（頭の方を高くして）寝かせてあげましょう。そうすることで、お腹の内臓が下にさがって肺が広がりやすくなり、呼吸が楽になります。

小さいお子さまのうつ伏せ寝は窒息の危険性があるので、体を横にしたリ、たてに抱っこしてあげると良いでしょう。



☆.....☆.....☆.....☆ ☆.....☆.....☆.....☆

病児保育室あんずでは、『バウンサー』⇒『ベビーチェア』を取り入れています。角度を 3 段階に調整ができ、その子に合わせて上体を起こした状態で眠れるので、短時間のお昼寝時には重宝しています。

←バウンサー



咳がでている時、背中をさすったり・押してあげたり・背中を軽くトントン（おわん型の手のひら）叩いてあげることで、痰を出しやすくなります。優しく声をかけながら触れてあげてください。安心して眠りやすくなります。

発行：2020年6月1日 病児保育室あんず





# あんずだより

特別号⑥

保育

## ☆☆☆ おままごと遊び ☆☆☆



子どもたちの生活の中心は遊びです。病児保育でも安心して好きな遊びができるよう環境を作っています。今回はあんずでの“おままごとあそび”の雰囲気をお伝えします。



木のガスコンロにおなべ！！フェルト素材の手作り玩具！！100均で売っているおままごと道具も活用しています。



ポポちゃん！！メルちゃん！！最近新しいお洋服が増えました。



牛乳パックで手作りしたアイス。お子さんの食事用のアイスです。たまーにおままごとセットとしても活用しています。



←2才前後の女の子が入室する時は、おままごとセットとお人形を並べておきます。見なれないセットに興味津々・・・お母様と離れる時も泣くことなく遊び始めます。木のお鍋に食材を入れたり出したり・・・。「何作ってるの？」と聞くと多くの子が「めんめん！！」と答えます。黄色いチェーンをレンゲで混ぜ、ラーメンを作っている子どもがすごく多いです。

手作りアイスをおままごと → セットとして活用しています  
ポポちゃん、メルちゃん、小さなアンパンマン人形たちも一緒に“パーティーごっこ”  
テーブルいっぱいのご馳走が並ぶこともあります。



おままごとは、料理の真似をして何かを作ったり、お人形のお世話をしてママになりきったり、沢山学ぶことができる遊びの一つです。あんずでも色々な遊び方を楽しめるように今後も創意工夫していきたいと思っています。

発行：2020年6月8日 病児保育室あんず





# あんずだより

特別号⑦

## 保育

### ☆☆☆ ぬりえ ☆☆☆

【ぬり絵】は、安静にしながらゆっくり遊べるので、病気の時にもおススメの遊びです。遊び方もその子その子によって違いがあります。何枚も塗ってはそれを綴じて自分の絵本を作ったり、出来上がったぬりえを壁一面に貼って一つの作品に仕上げたり・・・。ただ塗って終わりではないんだな、と感心させられます。

あんずでは、色々な種類のぬりえを用意していますが、今回は少し変わったぬりえ(絵本)をご紹介します。

#### 『ぼく、仮面ライダーになる！フォーゼ編』

作：のぶみ

出版社：講談社



この絵本は、最後のページに過去の仮面ライダーのぬりえが載っています(少し昔の仮面ライダーたちですが)。それをコピーして、ぬりえをし、切って型紙に貼り付けると、仮面ライダーカードになるといった優れものです！あんずでも、何度もこのぬりえで仮面ライダーカードを作りました。

絵本の中では、良いことをしたら1枚もらえるカードになっています。お子さんと一緒にぬりえで遊んだ後は、お手伝いカードとしても活用できそうですね。



★上の写真↑は見本通りの色、下の写真↓は自由に塗ってみました★



キャラクターのぬりえをする時、見本通り同じ色で塗る子が多い中、時々自分の好きな色で自由に塗っている子もいます。そんな風に、あえて違う色で塗ってみるのも楽しいかもしれません☆



色々なピカチュウ (小1男子作)

発行：2020年6月18日 病児保育室あんず





# あんずだより

特別号⑧

## ☆☆☆ あんずのお部屋のご紹介 ☆☆☆



**保育室 (21.77m<sup>2</sup>)**

複数のお子さんをお預かりできる、  
広いお部屋です。



**隔離室 A (4.93m<sup>2</sup>)**

主に感染症のお子さんをお預かりしています。



**隔離室 B (4.93m<sup>2</sup>)**

主に感染症のお子さんをお預かりしています。

利用されるお子さんの年齢や特性に合わせて室内を調整し、遊具、寝具などをアレンジしています。

### 保育室

あんずの定員は6名です。

同じ病気の子が6名の場合でも、全員が同じ保育室にいることはまれです。年齢の異なるお子さんや症状の重いお子さんなどは、必要に応じて隔離室を使うよう配慮しています。

保育室は広いお部屋なので、体調が落ち着いて元気なお子さんの場合、部屋中をハイハイしたり、ボール遊び等、体を動かす遊びもできます。

### 隔離室

隔離室は小さなお部屋ですが、意外にも大きなお子さんに人気があります。個室なので自分の部屋のような気分になれるとのこと。好きな遊びをゆっくりじっくりしながら、一日を過ごします。

**注意：お部屋はその日の利用状況によって振り分けておりますので、ご希望に沿えないことがあります。**

発行：2020年7月8日 病児保育室あんず







# あんずだより

☆☆☆～よくある質問～☆☆☆

特別号⑨

## 予約・キャンセルなどについて



Q1：開室時間は何時から何時までですか？

A1：8：00～18：00 までとなっております。延長保育はしていません。

Q2：予約はどうやって取ればいいですか？

A2：ご利用希望日の前日朝 8：00 からの電話予約（月曜ご希望の場合は前週の金曜日）となります。または、利用当日の朝でも、お部屋が空いている場合はお取りできます（空き状況は Web でも確認できます）。市外の方は、前日 17：30～18：00 の 30 分間の受付となり、利用当日でもお部屋が空いていればご予約をお取りできます。当施設は福生市からの委託事業なので、福生市の方が優先になっております。

Q3：連続何日まで利用できますか？

A3：福生市内にお住まいの方は、連続 5 日まで、市外の方は 1 日ごとの予約となります。

Q4：連続でない飛び石（例えば月火、木金）での予約を取ることはできますか？

A4：残念ながら飛び石での予約は取れません。この場合、お取りできるのは月火までとなります。木金とお取りになりたい場合は、改めて前日(水曜)朝 8：00 からの予約をお願い致します。

Q5：キャンセルはできますか？

A5：キャンセルできます。夕方 18：00～朝 8：00 までは留守番電話になっておりますので、そちらにお名前とキャンセルの旨を留守録音していただければ、キャンセルの受付は完了します。また、福生市の病児・病後児保育室ではキャンセル料はかかりません。

※連続利用中のキャンセルについて・・・連日予約の場合、キャンセルした日以降もすべてキャンセルとなります。

Q6：予約時と状態が変わった場合は、どうすればいいですか？（例：予約時の症状は熱のみだったが、その後夜中に嘔吐した等）

A6：そのような場合は、必ず来室前にあんずにご一報下さい。症状が変わり、病名が変わった場合は、お預かりできない場合がありますのでご了承ください。

発行：2020年7月20日 病児保育室あんず





# あんずだより

特別号⑩



保育

## ☆☆☆ 乳幼児の指先遊び ☆☆☆

入れる・通す・はめる・押す・貼る・引く・つまむ・ひねる・持ち替える・・・。人は手によって様々な道具を使いこなして生活しています。指先をたくさん使うと、いろいろな動きが出来るようになるだけでなく、脳が刺激され、集中力、思考力運動機能が発達します。今回はあんずで子ども達が、指先を使って遊んでいるおもちゃを紹介します。



### ▽【入れたり、出したり】

0才時期はチェーンやホースを口に入れて感触を楽しむことが多いですが、1才以降は箱に空けた穴に入れたり出したりを楽しみ始めます。やっていくうちに指の使い方がどんどん巧みになっていきます。

←これは全て100均で揃えられる手作りおもちゃです。チェーンやホースはままごと遊びにも使えて、水洗いも出来るのであんずでも一番出番が多いおもちゃの一つです。



### 【シール貼り&はがし】→

台紙は子どもに人気のキャラクターや乗り物、季節

を感じられる食物や虫などのイラストを用意しています。シールは、はがす時より貼る時のほうが難しそうです。何度も繰り返すことで、貼る動きがスムーズになっていきます。月齢が上がったらシールのサイズを小さくしたりして、変化をつけて楽しんでいきます。



### 【その他】

**パズル：** いろいろな形や絵をはめ合わせ記憶力と集中力を高めていきます。「〇〇の赤ちゃんはここ～！！」とお話しながら2～3才のお子さんと楽しむことが多いです。

**ひも通し：** つまむ・入れる・ひっぱることで手先の器用さを高めてくれます。うさぎさん以外のバージョンも今後制作する予定です。

**スナップボタン：** 手作りプッチンお手玉は【プッチン】とボタンが外れる感覚が赤ちゃんにも人気です。また、洋服の着脱の練習なればと思い、ボタンでつなぐ電車を作ってみました。



発行：2020年8月12日 病児保育室あんず





# あんずだより

特別号⑪

看護



## 発熱したときに慌てないアドバイス



風邪の時の発熱は、体を守るための防御反応が正しく働いている証拠です。外から侵入してきたウイルスや細菌と体が戦っています。そのため、ぐったりしていなければ無理に熱を下げる必要はありません。

風邪のお熱は3日間ほどで治まると言われています。元気そうに見えても、無理をすると症状を悪化させることがあるので注意しましょう。大切なのは、体調が良くなるまで安静に過ごすことが大切です。

- ・**手足が冷たい時**→体は温かくても手足が冷たい時は、体温の上がり始めのサイン。  
寒がったり震えている時は、毛布や布団を一枚多く掛けたり、靴下を履かせて体を温めましょう。30分から1時間後に、もう一度手足を触って確認しましょう。
- ・**手足が熱い時**→体だけでなく手足も熱い時は、体温の上がりきった証拠です。熱がこもらないように薄着にして、氷枕や保冷剤などで両脇や足の付け根を冷やすと良いでしょう。
- ・**汗をかいたら**→熱を下げようとしているサイン。衣服を着替えさせ、シーツを取り替えたりして、汗で冷えないように気を付けましょう。
- ・**おでこを冷やすのは**→冷却シートなどで冷やすことで気持ちが良いと感じられれば使っても構いません。逆に嫌がってしまう時には、無理強いはやめましょう。寝ている時は、冷却シートがずれて口や鼻を塞いで窒息する危険性があるため、傍を離れる時には外しましょう。
- ・**水分補給**→発熱時は、体から多くの水分が失われるため、脱水症にならないよう注意が必要です。こまめに少しずつ飲ませるようにしましょう。ORS・リンゴジュース・お吸い物の上澄みなどがお勧めです。
- ・**入浴**→熱があっても、元気がよく、食欲もあれば、短時間でのシャワーで汗を流す程度は構いません。(特に、おしりや陰部)



発行：2020年8月12日 病児保育室あんず





# あんずだより

特別号⑫



保育

## ☆☆☆ あんずにある絵本の紹介① ☆☆☆



←これらは大きな保育室の奥の本棚にある絵本です。開室5年目になり買ったり頂いたり、数もかなり増えてきました。あんずでは体調の悪いお子さんが室内でゆっくり過ごせるよう、子ども達が好きそうなおもちゃや絵本を入室時に用意します。初めての利用や久しぶりの利用でも、おもちゃや絵本があると安心するのか泣くことなく入室できることが多いです。

### ☐今回はあんずで子どもにも、保育士にも人気がある絵本を紹介します☐



「だれのおめめかな？」  
(株) リーバン  
“だれのおめめかな？”と仕掛けを開くと可愛い動物たちが登場！！0～2才のお子さんが利用する

時は必ず用意する絵本です。使う頻度が高いので、追加購入しあんずには2冊置いてあります。



「ふみきりカンカン」  
(株) ポプラ社  
ふみきりの遮断機を下すと「カンカン・・・」と音が流れます。乗り物のおもちゃが好きな2～3才の男の子に大人

気です。もう販売されていない本なので、あんずでは凄く大切に使っています。「カンカン・・・」といっぱい音を鳴らしても大丈夫なように専用電池のストックも常備してあります。



「めっきらもつきらどおんどん」  
長谷川 摂子作  
(株) 福音館書店  
♪ちんぷくまんぷく～めっきらもつきらどおんどん♪この呪文のよ

うな歌も楽しくドキドキするストーリー展開。美味しい餅の木！リズムカルな文章と迫力あるイラストがクセになる、大人でも楽しめる絵本です。あんずでは3才～のお子さんの午睡時に読むことが多いです。



「ミッケ」  
糸井 重里訳  
(株) 小学館  
お話の絵本ではないのですが、5才～小学生に人気のある本です。ページをめく

るとカラフルな写真が目飛び込んできます。下に書いてある「かくれているもの」を探し始めると、大人も子供もついつい夢中になってしまう絵本です。

発行: 2020年9月24日 病児保育室あんず

