

コンシェルジュ便り

2024.2月号

【お問い合わせ】子育て支援センターおひさま広場 ☎0145-45-3555

「鬼は外！福は内！」2月といえば節分を思い浮かべる方も多いのではないのでしょうか。豆まきをしたり恵方巻きを作ったり、それぞれのご家庭でそれぞれの過ごし方があるように思います。行事を通して、季節の移り変わりや昔からの風習などをお子さん達に感じてもらえると嬉しいですね。

空気が乾燥していて、冬特有の感染症にも気をつけなければならない季節が続きますが、しっかりと予防対策をして寒い冬を乗り切りましょう。



豆まきは、お子さんが豆を拾って口に入れないように個包装されたものがオススメ！

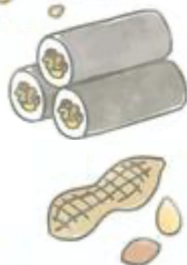
気をつけるのは豆だけでいいの？

節分に落花生などの豆類を食べる習慣のあるご家庭も多いと思います。でも硬くて噛み砕く必要のある豆やナッツ類は気管に詰まると窒息しやすく、とても危険！小さく砕いた場合でも気管に入り込んでしまうと肺炎や気管支炎になるリスクがあります。

豆類以外にも誤嚥になりやすい食品をあげてみると・・・

- ・菓子類（ラムネやグミ、飴やチョコレート菓子）
- ・果物 ・うずらの卵 ・ミニトマト
- ・パン ・海苔 ・とろろ昆布 など

これを見ると、どんな食品でも誤嚥の可能性があることが分かります。豆がダメなら枝豆や納豆もダメ？海苔が危険なら恵方巻きもダメかな・・・？絶対に安全な食品はありませんが何でも制限してしまうと食べるのが楽しめなくなってしまうですね。



ご自由にお使いください



おひさま広場には、お子さんが手洗いをしやすいように踏み台を用意してあります。手が汚れた時や外から室内に入る時には手洗いをするという習慣付けにもぜひお使いください。

（使用したい時はいつでもお声掛けください。）

手洗いスタンプは、手のひらにスタンプしたバイ菌の印影を石けんで洗い落とすことで、楽しみながら手洗いの練習ができます。



節分に多いお子さんの誤嚥について

そうならないためにも「きちんと食べること」を普段の食事の中で教えてあげてほしいです。

- ◆ 遊んだり、おしゃべりをするのは口の中が空になってから。
- ◆ 食べないからといって歩き回るお子さんの口に無理に入れたりしない。
- ◆ 落ち着いた状態で食べさせる。
- ◆ 泣いている時や、眠りかけている時に食べさせない。
- ◆ ひと口の量を多くしない。

このようなことは小さなお子さんにとって、なかなか大変なことです。改めて意識しながら毎日の食事やおやつの時間を楽しく安全に過ごしてほしいと思います。

節分の日はお子さんの食事について見直す機会にしてみてくださいね。

