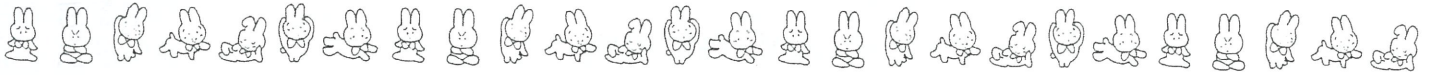


# パルde子育て

第7号 2014年 3月



いざという時に役立つ

2013. 7. 1 講師 日本赤十字社大阪府支部

猪野冴子さん

## 「こどもに多い病気・症状の手当て」

朝はあんなに元気だったのに、夕方に元気がないと思ったら熱を出して、周りの大人があわててバタバタ・・・なんていう経験、小さな子どもを持つご家庭では何回か経験しているのではないのでしょうか。

子どもは心身ともに発育途上にあるため、すべての機能が未熟で病気に対する抵抗力も弱く、感染を受けやすくなります。そして、子どもは病気にかかることによって、一つ一つの免疫を獲得し、病気に対する抵抗力を身につけていきます。

いざというときに、ちょっとした知識をもつことであわてずに適切な対応ができるよう、講師のお話と資料の中から、身近なポイントをお知らせします。

《発熱》ふだんから子どもの平熱を知っておきましょう。熱の高さだけでなく、全身の状態もよく見て判断しましょう。きげんが良く食欲があればまずは安心です。

### こんなときはいそいで病院に

- ◎顔色が悪く苦しそうなとき
- ◎意識がはっきりしないとき
- ◎不機嫌でぐったりしているとき
- ◎小鼻がピクピクして呼吸が早いとき
- ◎頻繁な嘔吐・下痢があるとき
- ◎けいれんがなかなか止まらないとき

《下痢》食べ過ぎや消化が悪いものを食べたときでも、子どもはよく下痢をします。しかしノロウィルスなどウィルスの感染による場合もあります。便だけでなく、全身状態もよく観察してあげてください。

### 手当

- ◎原因がはっきりするまでは薬はのませない
- ◎水分補給を十分に行う できるだけ湯ざまし、麦茶、子ども用イオン飲料水を多く与える
- ◎便の状態をよく観察する どんな便か、色、まじっているもの、量、回数など
- ◎診察を受けるときは、便の一部を持って行く
- ◎おしりがただれやすいので清潔にする
- ◎手洗い、便のしまつに注意する

## 感染予防のために

### ウィルス感染による嘔吐の後始末

手袋・マスクをして、ペーパータオルなどでふきとりビニール袋に入れる

うすめた塩素系漂白剤でふく。ふけない場所は高温のアイロンをあてる

乾いた後でもウィルスが飛ぶので、きれいにとること

### きれいに手を洗いましょう！！

手を濡らしたら、石けんをつけて泡だてて

- ①手の甲 ②指の間 ③親指 ④手のひら・指先
- ⑤手首・手刀

そして、しっかり流してふきましょう。

感染者と別のタオルを使いましょう。



小児救急電話相談 《 #8000 》

救急時、病院に行った方がよいか判断に迷った時には電話してください

# パルちゃん広場 ぽっかぽか

子育て中の親と子が気軽に立ち寄りホッとできる広場です。いろいろなおもちゃで遊んだり、手あそび、絵本を楽しんだりおしゃべりの花を咲かせるなど交流を深めています。参加者から広場スタッフになる人も多く、各広場それぞれの特徴を活かし地域に根ざした広場づくりを進めています。

## 新しい広場に挑戦！

2012年11月パル鶴見福祉センターがオープンし、デイサービスの事業、誰でも集えるサロン、組合員集会室や大阪発達支援センターなど福祉の拠点ができました。

その2階にある今津組合員集会室で2013年10月と12月、2014年2月に「おためしパルちゃん広場ぽっかぽか・今津」を開催しました。

いずれも多くの親子の参加があり、親も子もスタッフも、はじめての出会いで少し緊張した様子でしたが、だんだん打ち解けてなごやかにおしゃべりしあう姿が見られました。「よく知っている生協がやっている広場だから」「ほかにも行ける広場を探していた」「近くに広場ができてよかった」などの声をいただきました。

福祉拠点には、高齢者・障害者・子育て層・地域のいろいろな人たちが集まってきます。その良さを活かして、いろいろな人たちと繋がって、住んでいる地域で安心して子育てできるように願っています。



ぱるちゃん広場ぽっかぽか・今津の様子

寝屋川から始まった広場も10年となり、現在6か所で月に1~2回主に午前中にそれぞれの地域に根差し、個性を活かした広場を展開しています。

## “パルちゃん広場ぽっかぽか” ここでやってま〜す

【寝屋川】 寝屋川 組合員会館	【阿倍野】 阿倍野 組合員会館	【城東】 城東 組合員会館	【枚方】 枚方 組合員会館	【守口】 守口 組合員集会室	【つるみ店】 つるみ店 集会室
-----------------------	-----------------------	---------------------	---------------------	----------------------	-----------------------

木のおもちゃや絵本・温かいコーヒーを用意して待っています  
くわしくは、ぽるタイムやホームページ、チラシをご覧ください



毎週火曜と木曜（祝日は除く）の10~15時  
城東組合員会館3階で開催  
しています

## 常設型子育て広場

# パルちゃん広場すくすく

「常設型子育て広場 パルちゃん広場すくすく」も開設から4年がたち、親子でホッとできる場所として定着してきました。火曜日・木曜日の広場の日を多くのお母さん、子どもたちが楽しみにしてくれているようです。

そんな中「今日はあまり体調が良くなく、家で娘と二人でいるのがしんどいと思ったので広場に来ました。」という声もいただきます。子どもとの生活はとても楽しいものですがたまに元気がなくなる時もあります。妊婦さんとなればなおさらで、つわりの最中小さい子どもの相手はとても大変なことです。

広場に託児の機能はありませんが、ちょっぴり体調がよくないお母さんにかわり、スタッフが子どもと関わり、お母さんにはそばで見守りながらゆっくりしてもらう。また最近では二人目の出産後2か月くらいから、上の子とともに広場に参加する親子の姿もよくみうけられます。上の子と下の子の生活リズムの違いからお母さんは常に寝不足で疲れがたまっています。

そんな時に広場に参加して、上の子も遊びをおもいっきり満喫しお母さん自身もリフレッシュして帰られるようです。

そんなことができるのも、これまで築いてきた、参加者とスタッフとの間にある安心感だったり、安全な広場であるからこそだと気づかされる毎日です。

お誕生日会の様子



ランチタイム

## たべる\*たいせつキッズクラブ



キッズクラブテキスト

「食べるの大すき!!」「食べるって楽しい!!」子どもたちの食べることへの興味を大切に育てていく通信型食育プログラムです。

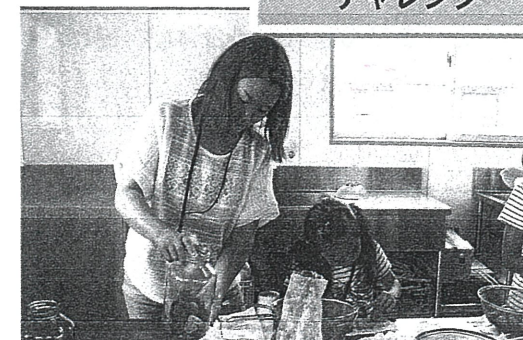
ほぼ5歳から小学生を対象にして、年4回テキストを届けます。子どもたちは「〇〇作ったヨ」「△△見えたヨ」「こんなのおいしかったヨ」など、毎日の暮らしの中にある食べることの楽しさをお便りにして送ってくれます。ボランティアのサポーターたちはその好奇心や楽しさに共感して返事を書きます。

実際に体験できるように、今年の夏には奈良へ産地見学に行き梅ジュースを作りました。冬には料理教室でみんなで作った食事「いただきます!」を企画しました。

小さな時に身についた食の大切さは、大きくなっても生活の中で太い柱になると思って5年間続けています。

食べる大切さを応援する「たべる\*たいせつキッズクラブ」は親子で「食」に興味をもち「食べることは楽しい」と思ってくれる家族が増えることを願ってとりにくんでいます。

梅ジュースづくりにチャレンジ

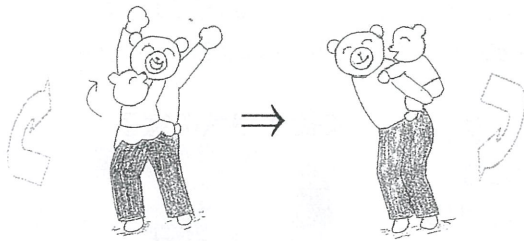


# 子育てセミナーより

2013年9月23日(月・祝)城東組合員会館にて小崎恭弘氏  
を講師にお迎えし『パパもいっしょに親子で子育て=ふれ

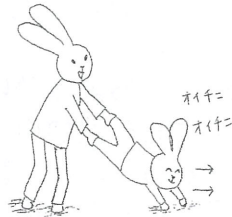
あい遊びでコミュニケーション=』を開催しました。多くの親子が参加し、ふれあい遊びを通した親子の  
コミュニケーションの取り方を学びました。その1部をご紹介します。おうちでトライしてみてください。

おさるさん (おとうさんやおかあさんに  
しがみついて胸から背中をクルクルしよう)



うさぎさん

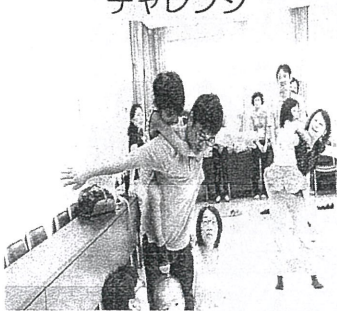
(手押しぐるまでオイチニオイチニ)



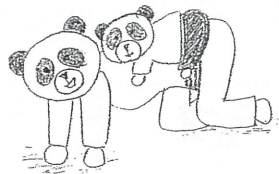
小崎恭弘さん



おさるさんに  
チャレンジ



おうまさん (おとうさんやおかあさんの背中にのっ  
ておうまさんパカパカ  
じょうずになったらおててをはなしてお座りできるよ)



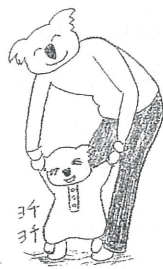
ぞうさん

(ぞうさんのおはな  
ブラ〜ンブラ〜ン)



ぺんぎんさん

(おとうさんやおかあさんの足の甲に  
のっかってヨチヨチ歩いてみよう)



きりんさん

(かたぐるまできりんさんの長〜い首)



イラスト by ともちゃん

【編集者のつぶやき】 今回のセミナーをととても懐かしい思いで受講しました。今から約30年前、特に何も  
考えずに息子と楽しんでいた遊びでよくやっていたのは「おさるさん」と「きりんさん」の合体型。呼び名  
は『人間アスレチック』 あるいは『人間鉄棒』や『手押しぐるま』もよくやっていたなあ。

五十肩の今、自分の体も支えられない〜

～ お問い合わせ先 ～

おおさかパルコープ組合員活動サポートセンター

TEL 0120-299-244

FAX 0120-299-230

発行 2014年 3月

おおさかパルコープ

子育てサポートステーション