



こんにちは赤ちゃん訪問だよ

No.29 2月7日

大分市民児協 子育て支援部
大分市保健所 健康課

立春とは名ばかりで、朝は霜が降り空気も冷たく、寒く感じる日が続いています。あたたかくなる春が待ち遠しいです。二月は、一年の中で最も寒くなる時期です。お風邪などお召しにならないよう、お体をご自愛ください。



子育て支援部より

核家族化が進み、育児に不安やストレスを感じている方、手助けを必要としている子育て世帯が増えています。

主任児童委員を始めて早6年目、赤ちゃん訪問活動するようになり、生まれたばかりの赤ちゃんだった子が元気に走り回っている姿を買い物先で見かけ、お母さんとお話することもあり、3年前より母の貴様を感じました。あの時の赤ちゃん訪問で、ちびっ子サロンに足を踏み出すきっかけ作りになり、お母さん同士の意見交換の場所に繋がったことで、子どもの成長と共に親の成長にも繋がっていたのではと……。

誰もが安心して子どもを育てるために、地域全体で子育ての見守りをしていくことで、私たちの赤ちゃん訪問の実施が何らかの支えになればと、これからも頑張っていきたいと思っております。

(大分市主任児童委員)

◆ インフルエンザ流行の兆し ◆

1月30日付けで、大分県内にインフルエンザ警報が出ました。「流行は例年並みで、発生のピークは、2月初旬から中旬にかけてになりそう」と注意を呼びかけています。県内では、大分市の発生患者数が最も高い状況です。

日常生活でできる予防法を取り入れ、感染しないように気をつけましょう。また発熱等症状がある場合は、かかりつけ医など医療機関に受診し、治療を受けるようにしましょう。

● 日常生活でできる予防法

1. 栄養や休養をとり、体調を整える。
2. 人ごみに出かけるときは、マスクの着用をする。
3. 外出後は、手洗いとうがいをする。
4. お部屋を暖かく（室温は20～22℃）、湿度は50～60%に保ちましょう。

インフルエンザウイルスは、乾燥していると活発になります。暖房器具を使用すると室内は乾燥しますので、加湿も心がけるようにしましょう。

