

病児保育だより

2026年度 No.1

医療法人はあと 病児保育はあとキッズ

〒452-0933 愛知県清須市西田中白山 5

TEL:052-898-7625

登録・ご予約はこちらから



4月～6月の
利用状況

4月

利用者数

22名

5月

利用者数

11名

6月

利用者数

21名

新生活での緊張感や季節の変わり目で気温の
落差が大きく、体に疲れを感じやすいこの時期。
風邪症状のほか、胃腸炎症状や気管支炎、喘息症
状でのご利用が多くありました。

とある日の遊び

保育士とマンツーマンで過ごした2歳児の男の子。
ニューブロックの箱をおもちゃ棚から取り出すと、
箱に描かれていた車を指差して「これ作りたい！」と
教えてくれました。
車に使われているパーツを集め、いざ組み立て開始！
「ここはどうやって作る？」「ここはどうするといいか
な？」と尋ねると、「このブロック一緒だよ！」「こうして
みる！」と保育士と一緒に考えながら
組み立てに夢中になっている様子😊
完成まで集中して取り組み、
とてもカッコいい車を作ることが
できました☆



夏の水分補給のポイント

子どもは遊びに夢中になっていると、喉の渇きを忘れて知らないうちに体温が
上昇していき、熱中症のリスクが高まります。
暑い夏を元気に乗り切るために水分補給のポイントを知り、毎日のこまめな
声かけと適切なドリンク選びで、子どもの体をしっかりと潤してあげましょう。



◎水分補給のタイミング

「喉が乾いた」と感じたときには脱水の初期段階。喉が渇く前からこまめに水分を取るようにしましょう。
生活の節目や活動の前後に水分補給を行う習慣をつけるとこまめに水分が摂れます。

▽生活の節目



▽活動の前後



◎1日に必要とされる子どもの水分摂取量の目安

0～11ヶ月
体重1kgあたり
150ml/日

1歳～6歳
体重1kgあたり
100ml/日

小学生
体重1kgあたり
100ml/日

食事からの摂取量も
含まれます！



◎飲み物の選び方

▽普段の水分補給

基本は水やお茶でOK！
ノンカフェインでミネラルを多く含む
麦茶は夏の水分補給に最適です◎

▽あかちゃんの水分補給は・・・？

母乳やミルクで補えます。
たくさん汗をかいたときは、あかちゃんの
様子にあわせて授乳をしましょう。

▽たくさん汗をかいたときは

子ども用のイオン飲料やスポーツドリンクを
活用し、汗で失った電解質を補いましょう。

△糖分の摂り過ぎに要注意！

スポーツドリンクやジュースには糖分がたくさん含まれています。
飲み過ぎは食欲不振や虫歯の原因となるので注意が必要です。

▽水分摂取が苦手な子は・・・

お茶や水などで少しずつ水分を取りつつ、食事やゼリー飲料など、水分が摂れる食べ物で補いましょう。
食事のメニューにスープを加えたり、きゅうり、スイカなどの水分量の多い食材を取り入れたりするとよいです◎

