



～ 栄養バランスの良い食事を心がけよう ～

ウイルスに負けないためには、バランスの良い食事で栄養をしっかり補給することが大切です。特に免疫力を高めてくれる**ビタミン**を意識して取り入れましょう。

ビタミンA：にんじん、レバー、卵など

ビタミンC：アセロラ、ゆず、レモン、キウイ、ブロッコリー、レンコン、じゃがいもなど

ビタミンD：鮭、しめじ、しらすなど

※**ビタミンD**は、熱に強く加熱調理をしてもほとんど分解されないため、いろいろな料理で摂取しましょう。



9/11(金)

救命救急の講習を受けました!!



乳児の蘇生法について

消防署の方の指導による講義と演習を行いました。当保育室では、万に備え、救急体制を整えています。



小児の蘇生法について



※その他にも当保育室では、お子さまが安全に過ごせるよう点検や訓練を実施しています。

かみのやま病児保育室

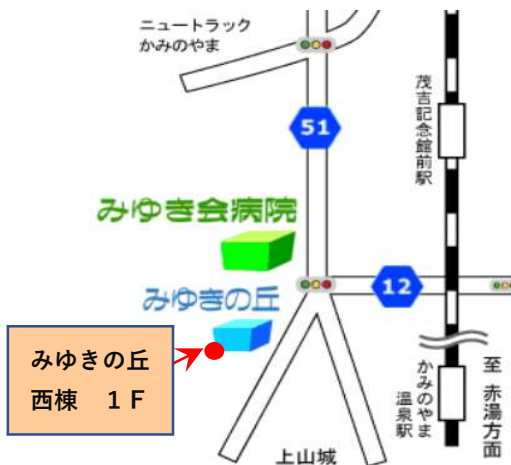
ぽかぽか TEL 023-616-6171

当日のご利用も可能です。ぜひご連絡下さい。

《 当保育室利用について 》

- 【対象】 上市市在住の1歳から小学校就学児童、又は保護者が上市市内に就労している方
- 【保育時間】 月曜日から金曜日 8時30分から17時30分
- 【保育料金】 2,000円
- 【給食料金】 550円(税込)
- 【場所】 みゆき会病院敷地内

★当保育室では、インフルエンザ予防接種等経過観察にもご利用いただけます。



かみのやま病児保育室 ぽかぽか
ぽかぽかだより 第4号(令和2年11月16日発行)
企画・編集かみのやま病児保育室ぽかぽか
登録者数：107名 延べ利用者数：33名