



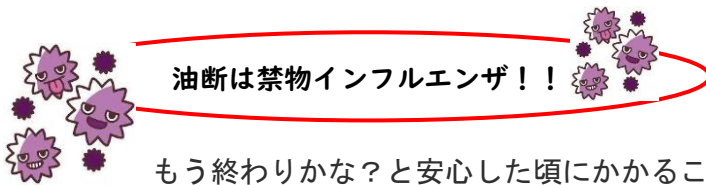
養父市 病児保育センター

ほわほわ だより



今年は暖冬の為か、雪が降らず雪掻きいらすの冬でした。

3月は節目の月、環境の変化で体調を壊すことのないように免疫力をつけていきましょう。



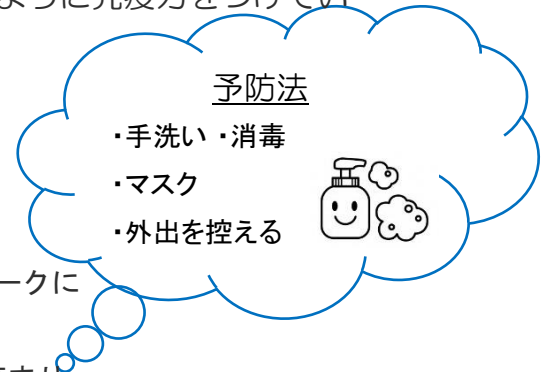
油断は禁物インフルエンザ!!

もう終わりかな?と安心した頃にかかることも

予防接種をして1~2週間ほどで抗体が作られ、3ヶ月をピークに段々と低くなってきます。効果は5ヶ月ほど……。

今年は、“新型コロナウイルス”の発生の為、予防意識が高まり感染患者が少ないようです。

※インフルエンザ感染した場合は医師の診断によりますが、“病児保育”を利用できません。分からない事はこちらへご連絡ください 



予防法

- ・手洗い・消毒
- ・マスク
- ・外出を控える



3月3日は「耳の日」



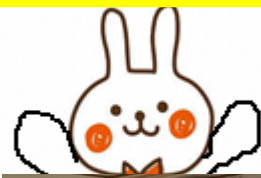
スマートフォンの普及で問題視されているのが「スマホ難聴」。世界保健機関（WHO）は2019年2月、スマートフォンなどでヘッドフォンを使い音楽を聴く若者の増加を懸念し、国際電気通信連合（ITU）と音楽再生機器の使用に関する国際基準を公表しました。ヘッドフォンの使用は **1週間に40時間以内**にとどめるべきとしています。

便利なスマホですが、今日は“お休み日”を作ってみてはどうでしょう。

病児保育センター ほわほわ 利用状況

1月、2月の利用内容

- ・鼻炎・気管支炎



問い合わせ
病児保育 ほわほわ
☎079-666-8307