

今年も残すところ1ヵ月となりました。平成最後、令和最初の2019年は皆さんにとってどんな一年だったでしょう？冬本番！体調を崩さないよう、元気に過ごしましょう。

ミッキーのおすすめ健康レシピ

【ミネストローネ】

材料(4~5人分)

人参 中1本 ジャがいも 2個 キャベツ 2枚 玉ねぎ 1個
大豆水煮 160g ベーコン 3枚 オリーブオイル 適量
ケチャップ お好みで コンソメ 2個 水 600cc

作り方

- ①人参、じゃがいも、キャベツ、玉ねぎ、ベーコンを1cm角に切る
- ②鍋にオリーブオイルを入れて、鍋が温まったら①の材料を全て入れて油が回るまで炒める
- ③水を加え、強火にして大豆を入れる。煮立ってきたらコンソメを加え、野菜に火が通るまで煮る
- ④味を見ながらケチャップを加える。
- ⑤仕上げにパセリを散らして完成♪



酸味が少なく
寒い朝にも
おすすめ

クックパッド 参照

【予防接種の基礎知識】

今回は「**ロタウイルス**」についてです。

～**ロタウイルス**～

任意接種 **生ワクチン** **経口**



☆防げる病気はロタウイルスによるウイルス性胃腸炎☆

感染すると白っぽい色が特徴の水のような下痢と激しい嘔吐にみまわれます。冬になると乳幼児中心に流行し、十分な体力のない赤ちゃんにとってはつらい病状になりがちです。主な症状は、発熱、下痢、嘔吐です。製薬会社の違いで2回接種と3回接種のワクチンがありますが、いずれも1回目の接種時期が早く、接種可能な時期も短めです。早めにかかりつけ医と相談してスケジュールを調整しましょう。

☆定期接種対象月齢☆

2回接種の場合は、6～24週未満に4週間以上の間隔で2回接種。3回接種の場合は6～32週未満に4週間以上の間隔で3回接種。どちらのワクチンも、1回目は生後14週6日までの接種が推奨されています。

☆接種回数☆ 計2回 又は 3回

☆別の予防接種との間隔☆ 中27日以上

☆効果の持続期間☆ 少なくとも3年

☆副反応チェックポイント☆

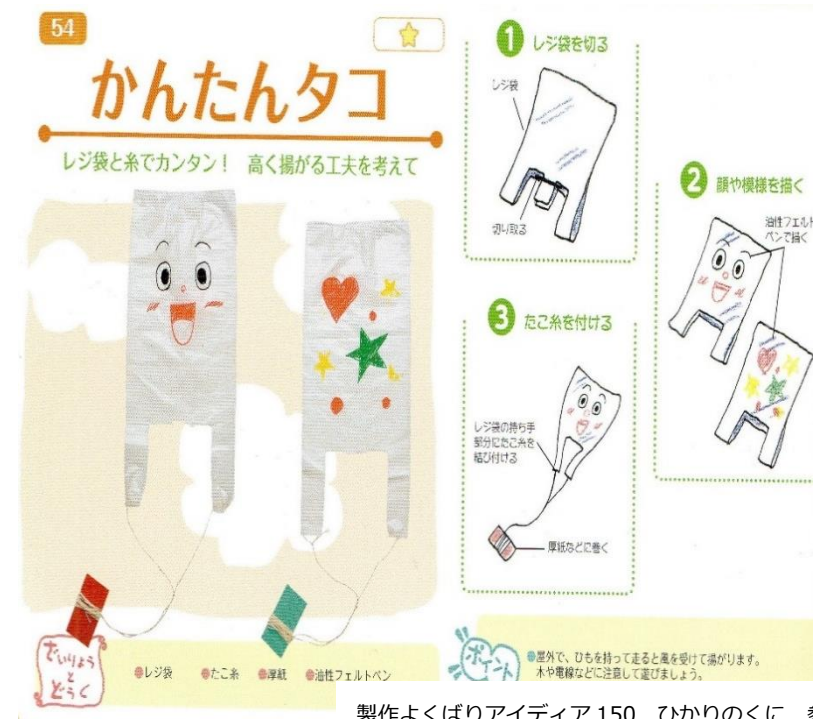
時間内に受診しましょう

□嘔吐・下痢がおこる

※副反応で腸重積の報告がありますが、生後6ヵ月未満では少ないことがわかっています。腸重積にかかったことのある赤ちゃん、重症複合免疫不全症やメックル憩室を持っている赤ちゃんは接種できません。



最新！赤ちゃんの病気新百科 ベネッセコーポレーション 参照



製作よくばりアイデア 150 ひかりのくに 参照

☆ミッキーからのお願い☆

1歳2歳のお子さんが自分でご飯を食べようと頑張る姿がみられます。その際、衣服が汚れてしまわないように食事用のエプロンをお持ちの方はご持参ください。

☆年末年始ミッキー開園カレンダー☆

年末は12月30日(月)まで開園しています。
年始は1月4日(土)から開園致します。