



北九州市立 子どもの館

ほっぷ・すてっぷ・キッズ

第21号 平成24年12月20日 発行



所在地 〒806-0021

北九州市八幡西区黒崎3丁目15-3

コムシティ7F(黒崎駅西隣)

発行者 子どもの館 キッズハウス編集部

連絡先 TEL093-642-5555 FAX093-642-5677

<http://www.kodomo-how.com>



子育てを楽しもう

「ダーウィンが来た！」

みなさんは、NHK 総合・地上デジタルで毎週日曜日午後7時30分から7時58分まで放映されている「ダーウィンが来た！」という番組をご覧になったことがあるでしょうか。(再放送は金曜日午後4時5分から36分まで)

この番組は今までに300回近くも続いている超人気番組です。登場する動物は哺乳類を始め魚類や鳥類たちです。毎回かれらの個体や集団としての生態が素晴らしい映像で克明に紹介されます。ところで、言うまでもなくダーウィンは『種の起源』の著者で有名な地質学者であり生物学者です。

さて番組では、荒々しい外敵や厳しい自然との命をかけた戦いがあるかと思えば、ほほえましいオスとメスのやり取りや親子関係が根気よくていねいに映像化されています。

私にとって特に興味深いのは彼らの子育てと親子関係です。動物界での生殖と子育てはまさに「種の保存」を懸けた壮大なドラマです。“強い”ものだけが、そして自然界に適応したものだけが生き残り、自分たちの「種」を残していけるのです。“強い”といっても力だけでは駄目です。生き延びる知恵を含めた“強さ”と“運”が必要です。

ぜひ番組を子ども達と一緒に観て下さい！ 解説は一切必要ありません。

(詳しくは、<http://www.nhk.or.jp/dorawin/>をご覧ください。)



子どもの館 子育て相談医 廣澤 元彦(市立医療センター名誉院長)

新米ママの子育て日記⑧

今月で0歳児期間の予防接種が終わります。

息子よ、毎月よく頑張った！(1歳になったら追加接種があるのでまだ、痛い思いはしないといけないみたいですが・・・)

離乳食ストライキも少しずつ軟化し、量は少ないものの色々と口にするようになりました。ものすごく悩んでいましたが、何とかなるものですね。育児ってその繰り返しなのかもしれません。母の心配をよそに、最近の息子のやんちゃ度は日に日に増しています。つかまり立ちを完全にマスターしたので、机の上やラックの上は気がつくともちゃくちゃ・・・。空気清浄機を倒して壊すわ、ティッシュを全部出してビリビリ破くわ・・・思い出だけで疲れがドッと出てきます。怪物です！ホント・・・。

まだまだパワーアップすると思うと母親って強くないといけないんだなぁと気が引き締まる思いです。

大変なことも増えましたが、ストローを使えるようになり楽になったことも増えました。そんなバランスをとりながら、息子の成長は進んでいくようです。

育児って面白いなぁと思う今日この頃です。



キッズハウス1月スケジュール



- らくがきタイム
10:00~16:00
- お楽しみタイム(平日のみ)
13:00~
- 個別子育て相談(小児科医)
8日(火)・27日(日)13:00~15:00
- 子育て勉強会(小児救急看護認定看護師)
テーマ「子どもの冬の感染症」
10日(木)14:00~15:00
- 手作りおやつ試食会
20日(日)①13:00 ②15:00
「小豆ミルクかん」各回50食
食生活改善推進員協議会
- 栄養相談会(栄養士)
&子育て相談(保育士)
24日(木)13:30~16:30

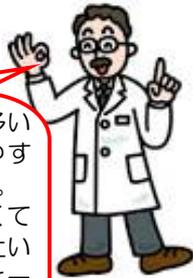
経口補水療法について (小児救急センターニュースより)

これからの季節、発熱・嘔吐・下痢をおこしやすくなります。子どもが食べたり飲んだりできず、ぐったりしていたら心配になりますよね。特に子どもが小さいと症状も上手く伝えられず「様子を見ていても大丈夫なのか」「脱水なのではないか」と、とても不安になります。こんな時は、家庭で簡単に作れる経口補水液(点滴と同じ成分)で脱水を予防しましょう。(1時間以上行っても効果がでない・おしっこが出ない等の症状が続いたら病院へ)



子どもはなぜ脱水状態になりやすいの？

大人に比べて体の水分の割合が多いため水分のバランスがくずれやすく、脱水状態になりやすいのです。水分がとれなかったり、熱が高くて汗をたくさんかいたり、何回も吐いたり下痢が続いたりすると水分と一緒に塩分が大量に失われる為脱水状態になります。



脱水状態になったらどうすればいいの？

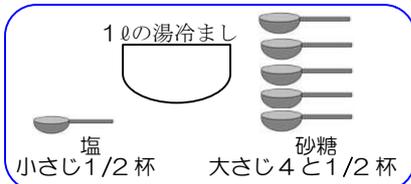


水分だけでなく、体内に含まれる塩分も補給する必要があります。吐いてから3時間程度たってから、経口補水療法を始めましょう。母乳やミルクが飲める場合は、母乳やミルクを少しずつ何度も与えてください。この場合、経口補水液に変更する必要はありません。



家庭でできる経口補水液の作り方

- 湯冷まし…1ℓ ●砂糖…40g ●食塩…3g



レモンやグレープフルーツの果汁を加えると飲みやすくなります。

※ジュースやお茶では改善されません。

経口補水液の飲み方

ティースプーン1杯 ティースプーン2杯 ティースプーン4杯



最初は、少量から始めて、5分おきに増やしていきます。この方法で飲ませて、1時間以上たっても吐かなければ、少しずつ量を増やしていきます。経口補水液を飲ませて吐いてしまう場合には、30分程度たってから再度少量から始めます。

乳児 体重1kgあたり 30~50ml	幼児 1日あたり 300~600ml	学童 1日あたり 500~1000ml
---------------------------	--------------------------	---------------------------

※1日に必要な水分量の目安は、通常体重1Kgあたり、乳児は150ml 幼児は100mlです。 □内は必要最低限の経口補水液の量です。

~スタッフコラム~

ゆく年とくる年！巷ではこの言葉をよく耳にするようになりましたね。

今年はどんな年でしたか？ キッズハウスはいつも賑やかで、元気いっぱいの子供達がたくさん遊びに来てくれました。ハイハイしていた赤ちゃんが急に階段を上り始めた時「ダメ！落ちる。ダメ！」とパパの声が・・・その言葉に反して一番上まで上った赤ちゃんは満足顔。「今日初めて、階段を上ったんですよ」とママが言葉をかけてくれました。子どもの成長のひとコマに出会えた事に、スタッフとしてとてもうれしく思います。

新しい年も子ども達の元気いっぱいの笑顔に会えることを楽しみにしています。



北九州市立 子どもの館

開館時間 10:00~19:00

休館日 1月1日・9日・23日

キッズハウス(未就学児とその保護者)入場料大人200円・小人50円(1歳未満は無料)

子どもの館では、楽しいイベントがたくさん！HPやイベントカレンダーなどでお知らせしています。都合により、イベントの内容・休館日は変更することがあります。詳しくはお電話でお問い合わせください。

※9月3日から来年春まで、子どもの館西隣の市営駐車場は改修工事のためご利用できません。近隣の駐車場をご利用下さい。