



# こあら通信

小栗小児科医院 2017年 1月 125号  
〒933-0014 富山県高岡市野村869  
Tel: 0766-23-2229  
URL: <http://oguri-shounika.com>

## しあわせ脳を育てる！



### あやすことで親子の脳が活性化

あやすことで赤ちゃんの脳が刺激され、発達します。  
同時にお母さんの脳も活性化します。  
子守歌や手遊びなど、親子で楽しみましょう。



赤ちゃんにとって、環境が安心で心地よいと感じられるとき、脳も健やかに安定的に発達します。  
安心で心地よい環境とは、ありのままの自分を認めてもらい、自分を受け入れてもらう事です。  
おいしい食べ物や面白いおもちゃも、うれしいですが、それ以上に、自分と遊んでもらえる事、甘えを受け入れてもらえることが大切です。

### 「いい子」にストレスホルモン

唾液を調べると、繊細で、親の気持ちを優先させて、我慢する子供は、一見聞き分けのいい「いい子」ですが、ストレスホルモンは上昇している事があります。  
いやなときは、「いやっ」と言って泣ける子は、ストレスホルモンは、出ていなかったそうです。  
子供に限らず、大人も、ストレスホルモンが高くなると脳の発達が悪くなります。  
ストレスのないゆったりと安心できる居心地のよい状態の時に脳も健やかに発達します。

詳しくは待合室においてある本  
「しあわせ脳を育てる！」  
渡辺久子著を読んでみてね。



12月29日(木)  
在宅救急当番の為、予防接種の時間帯はありません。  
時間の予約は出来ませんので、直接来院ください。  
午後の診療は、14時から18時までとなります。

**年末年始の休診**  
12月30日(金) から1月4日(水)

**休診のお知らせ**  
24日(火) 14時~15時



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

### ◎感染性胃腸炎が流行してます！

しっかり手洗いをしましょう。

(食事の準備前・おむつ交換後・外出後)

感染している人の吐物や便で汚れた衣類などは塩素系の洗剤(キッチンハイターなど)に浸けてから洗いましょう。

### ◎感染性胃腸炎にかかってしまったら

吐き気が強い間はなににも飲まない。

吐き気がおちついてきたら水分(OS-1やイオン水、スープ等)を少しずつ飲みましょう。

下痢だけになったら少しずつ消化のよいものを(脂っこいもの・アイスクリームなどを控える)食べましょう。

★吐き続ける時や脱水が強い時は点滴や入院が必要になる時もあります。