



こあら通信

小栗小児科医院 2021年11月 184号
〒933-0014 富山県高岡市野村869
TEL: 0766-23-2229
URL: <http://oguri-shounika.com>



第30回日本小児科学会年次集會に リモート参加して

初めて、リモート参加をしました。うまくスマホをつなげられるか、など始まる前からドキドキ、ワクワクして入念に準備しました。

リモートになって、今まで聞きたい講演の時間が重なっていると一つしか聞けなかったのが全部聞けたことが一番良かったです。

参加後にみんなで食事をしながら、今聞いてきたほやほやの話を共有できなかったのは少し寂しかったです。

今回は、勉強した中から少しお話しします。

『離乳食』から『補完食』に

「補完食」とは、WHO（世界保健機関）が「離乳食」に代わる言葉として提唱した、母乳だけでは足りなくなる栄養を補うための食事のことです。

先ずはおかゆから決めないで、足りない栄養を補うために発育・発達を促す鉄や亜鉛をとるよう、赤みの肉やレバーを初期から積極的にとりましょう。

でも、もちろん硬いものは食べれないので、初めは、ペーストにすりつぶしたりしてください。

水辺の安全教育を広めて、子どもたちのお風呂事故、水難事故を防ぐ！

(NPO法人AQUAkids safety project)

こどもの水の事故ゼロを目指して活動しておられる団体です。

流されたサンダルやおもちゃを追いかけて、溺れてしまう子どもの水難事故が、毎年起きています。

サンダルは、買っても命は買えません。「サンダルやおもちゃが流されたらバイバイしようね！」というサンダルバイバイおやこ条約証書を作成しておられます。



スマホ・デジタル メディアとの付き 合い方

今からの時代は、スマホやデジタルメディアは避けて通れないので、子どもに触れさせないのではなく、小さいうちから付き合い方を学ばせることが大事になってきます。

2歳までの子供に対してはメディアの視聴は控えましょう。

私たちが子供にしっかり教えらえるように勉強しなくていけないと思いました。



臨時休診のお知らせ

11日（木）14:00～15:30

