



ご出産・育児の悩み相談室

## 熱中症時の応急処置

高温の場所に長くいることで体温調節がうまくできなくなり、体温が異常に高くなることを熱中症といいます。特に、赤ちゃんや子どもは体温調節機能が未熟なため、体調の良い時でもあつという間に熱中症になることも。熱中症を疑う症状があれば、早めの応急ケアを心がけましょう。

### 涼しいところへ移動

日陰・風通しの良いところ・冷房の利いた部屋へすぐに移動しましょう。衣服を緩め、楽な姿勢で寝かせ、体にこもった熱を発散させます。

### 体を冷やし、体温を下げる

大きな血管の通っているところ(首の付け根・わきの下・太ももの付け根など)を冷たいぬれタオルやペットボトルで冷やします。なければ、直接水をかけておおく方法でも大丈夫です。

### 水分補給

熱中症と同時に脱水症を起こすことが多いので、水分を少しずつこまめに摂取するよう心がけましょう。ベビー用のイオン飲料がベストですが、母乳・ミルク・麦茶など飲めるもの(あるもの)でも大丈夫です。

### 症状をみて判断を

水分を受け付けない・飲んでも吐いてしまう・体温が下がらない・グッタリしているなどの症状があればすぐ病院へ。意識障害やけいれんを起こしている場合は救急車を呼びましょう。水分が十分に摂れて熱も下がり、元気があれば、家で様子を見て大丈夫です。

## 出産・育児のお悩み、助産師にご相談ください

【そごう広島店 プレママステーションのご案内】

<開設時間>午前11時~午後5時

<ご予約・お問い合わせ>

本館6階=こども服フロア プレママステーション/

電話 082(512)7608<直通>

## 各店のプレママステーションのご案内

西武池袋本店 | そごう横浜店 | そごう千葉店

そごう広島店 | そごう大宮店

## ママ・パパをサポートする 離乳食レシピ



### 鯛のとろとろ煮

たんぱく質の食材を使ってみましょう。

5~6カ月(離乳初期)

#### 【材料】

(1人分)

・鯛(刺身):1切

・だし汁:大さじ2

・水溶き片栗粉:少々

#### 【作り方】

①鯛は下茹でをして、すり鉢ですり潰す。

②小鍋に①とだし汁を入れて弱火にかけ、

沸とうしたら水溶き片栗粉でとろみを付ける。

#### 【離乳初期のワンポイントアドバイス】

離乳食に慣れたら、たんぱく質の食材を使ってみましょう。最初は豆腐から始めて、徐々に白身魚へ進めていきます。白身魚はクセが少ないから、すずき、ひらめ、鯛などがおすすめ。刺身用の白身魚は、あらかじめ骨や皮を取り除いてあり、分量の調整がしやすいので離乳食に活用してみてください。

西武池袋本店 食品部 管理栄養士 山根ひとみ



## 7月のインフォメーション

いっしょに笑う、  
いっしょに育つ。

西武・そごう  
ランドセル  
2021



**会期延長 特別ご優待会開催中。8月31日(月)まで。**

ベビー&キッズ、  
マタニティー&ママアイテムは  
e.デパートでも  
お求めいただけます。

SEIBU  
SOGO  
e.デパート



妊娠から入学までのお役立ちサイト

-----

# BABY & KIDS

ママとパパ、

そして新しい家族のために。



### アフリカ・ザンビアの子どもたちに靴を贈る活動にご協力を

子ども靴 下取りサービス

ご使用にならなくなった子ども靴をご持参ください。公益財団法人ジョイセフを通じ、アフリカ・ザンビアの子どもたちに寄贈。子どもたちを寄生虫病や破傷風のリスクから守ります。

下取りの子ども靴1点につき、子ども服売場においてお買い上げ価格5,000円(税込)ごとに1枚ご利用いただけます。

#### ■下取り承りコーナー:

各店=こども服売場ほか  
(くわしくは各店にお問い合わせください)

お客さまから下取りさせていただいた靴  
西武・そごう全店総計964,618足  
(2020年5月末現在)

[くわしくはこちら](#)



WHITE RIBBON  
世界中の妊産婦を守る

### 途上国の妊産婦の命と健康を守る活動にご協力を

ホワイトリボン運動

西武・そごう全店のベビー休憩室に設置している指定の自動販売機でドリンクをお買い上げいただきますと、1本につき2円(当社1円+飲料メーカーさま1円)を途上国の妊産婦の命と健康を守る「ホワイトリボン運動」に寄付いたします。

※2020年2月までに西武・そごう全店総計966,754円寄付しました。

## ご出産おめでとうポイントプレゼント

赤ちゃんがお生まれになったら、クラブ・オンカード会員の方は西武各店のクラブ・オンデスクへ、ミレニアムカード会員の方はそごう各店のミレニアムカードカウンターへご連絡ください(お電話でも受け付けます)。ご出産おめでとうポイント500ポイントをプレゼントいたします。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、臨時休業や時間を変更して営業する場合がございます。また、各種催しやサービスの中止や延期、商品の入荷遅延や販売中止、価格変更が発生する場合がございます。あらかじめご了承ください。

各店営業時間はこちらから

### 登録内容ご変更・配信停止について

本メールは「西武・そごう インターネットサービス」および「エントリーサービス ベビー&キッズ」に入会しているお客さまを対象にお送りしております。

配信を停止する場合は、「西武・そごう インターネットサービスに関するお問い合わせ」から、「お問い合わせ内容」の欄に「ベビー&マタニティー配信停止」とご登録のメールアドレスをご記入のうえ、お手続きいただきますようお願いいたします。

| お問い合わせ | よくあるご質問 | プライバシーポリシー |

発行・編集 株式会社そごう・西武  
郵便番号102-0084 東京都千代田区二番町5番地25 二番町センタービル  
西武・そごう インターネットサービス係

Copyright © Sogo & Seibu Co., Ltd.

このページに記載の記事/画像の無断転用を禁止いたします。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

「持続可能な開発目標 (SDGs)」の達成に向け社会課題の解決に取り組んでいます。

