



# ほけんだより 2月号

2021年2月1日  
社会福祉法人尚徳福祉会  
保土ヶ谷保育園

2月3日は節分です。季節の制作を楽しむ子どもたちの元気な声が聞こえてきます。「鬼は外、福は内」と豆をまき、成長とともに子どもたちが丈夫で健康な体になるように祈りましょう。しっかり食べてしっかり寝て、かぜを寄せつけないじょうぶな体作り、環境作りに気を配り、寒い冬を元気に乗り切りましょう。

## 肌の保湿ケア

空気が乾燥する冬は、お肌も乾燥する季節。

特に子どもは、大人より皮膚が薄く、肌のバリア機能が未発達なため荒れやすいです。

○石けんが残らないようによくシャワーで流します。最後に湯船につかって流し残しがないよう洗ってあげるのもよいです。

○入浴後は15分以内に保湿剤を塗ってあげます。

○保湿剤はオイルタイプではなく乳液タイプをおすすめします。

○目にみえて乾燥していなくても子どもの皮膚は薄いので保湿剤が必要です。

○登園前にも保湿剤を塗りましょう。

忙しいときには、顔や手など衣服から出る部分だけでも塗ってあげましょう。



ドライスキンが続くとかゆみの神経が皮膚表面まで伸び、異常なかゆさを感じます。

かゆさで眠りが浅くなると心身の成長に影響があるといわれています。すこやかな成長のためこまめなケアを心がけましょう。

保湿ケアは、毎日続けることで効果を発揮します。

今年は寒くなってから、かゆみで掻き壊し「とびひ」にかかった子が数名いました。

「とびひ＝伝染性膿痂疹」その名の通り、ひとにうつしてしまうこともあります。

鼻水が出ているときには、鼻の下にできることもあります。にきびのような膿みや赤みをもった発疹、じくじくした傷、複数のちいさなかさぶたはとびひの可能性あります。

登園前に受診(皮膚科もしくは小児科)をして医師の診断を受けてください。

### 健康診断のお知らせ

2月9日(火) 9:30~

着脱のしやすい服装で登園してください。



園内で報告された感染症 (1月)

感染性胃腸炎 (ノロウイルス)

突発性発疹

突発性発疹

突発性発疹

