

ほけんだより 12月号

2021年12月1日
社会福祉法人尚徳福祉会
保土ヶ谷保育園
看護師

12月は子どもたちにとって、お楽しみがいっぱいの月ですね。年末年始は外出や来客なども多く、生活リズムが乱れがちです。また、かぜや胃腸炎などの感染症も流行る時期です。手洗いうがいをこころがけ、体調管理には十分気を配っていきましょう。

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肌荒れしやすいのでケアをしてあげましょう。

- 石けんは少量をよく泡立てて使います。
- 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。

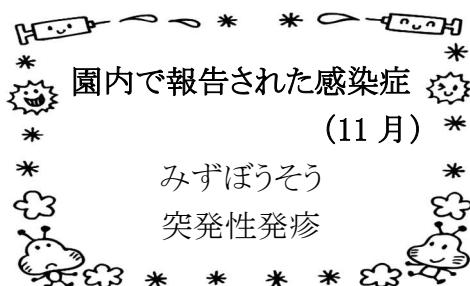
保湿ケアは、毎日続けることで効果を発揮します。

例年寒くなってからも、かゆみで掻き壊し「とびひ」にかかる子がいます。

「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ががあります。

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。



園内で報告された感染症

(11月)

みずぼうそう
突発性発疹

インフルエンザの
受けましょう。



歯科健診のお知らせ
12月22日(水)

当日は朝歯みがき(仕上げ磨き)をして
登園をお願いします。