



ほけんだより

2023年 5月
沼袋西保育園
看護師:

青空に萌える新緑が目には鮮やかな季節です。新年度スタートから1か月、楽しいゴールデンウィークもあり、子どもたちは疲れも出やすい時期です。生活リズムを大切に、体調に気を付けて過ごしましょう。気温もぐんぐん上昇し、外遊びが一層楽しみになりました。子どもたちの元気な活動に伴い、肌トラブルも増えてきます。乳幼児の肌はバリア機能が未熟なため、外敵に対する抵抗力が弱く、乾燥にも弱いいため、少しの刺激でも肌トラブルをおこしやすくなります。

乳幼児の肌トラブル

かゆみや気になる発赤が見られた時は
早めに受診・治療しましょう

汗かぶれ・あせも

汗が原因の代表的な肌トラブルです。
汗をかく時期に起こります。
木綿のような「汗を吸い・乾きやすい」
ゆったりとした衣類がおすすめです。気温や
天候にあわせて、Tシャツや長袖シャツを準備し
調整しましょう。暑い日も出てきますので、汗
をかいたら早めに着替えるようにしましょう。

保育園の着替えの確認もお願いします。

虫が原因の皮膚炎

虫が出始める時期です。蚊・ダニなどから身
を守るために、肌の露出を避け、虫よけスプレ
ーなども利用しましょう。

毛虫の有毒毛に触れると激しいかゆみを伴う
皮膚炎を起こします。刺さった直後は粘着テー
プで皮膚についた毛を取り除き、石けんと流水
で洗い流します。毛虫の毛がついた服は他のも
のと分けてよく洗いましょう。

とびひ（伝染性膿痂疹）

傷や毛穴などに菌が入り込んで、皮膚に炎症を
起こした状態。かゆくなるため、掻き壊したり、
掻いた手で身体他の部位や他の人に触れると
うつります。

皮膚を傷つけないよう爪を切りましょう。
とびひになると水遊びやプールには参加できないので
治療は早めに済ませましょう。

5月の保健行事

9日（火） 身体計測：幼児クラス
10日（水） 身体計測：乳児クラス
17日（水） 9：30～

歯科健診：全クラス

※園医の〇〇医師が来園して実施

登園時間のご協力をお願いします

18日（木） 0歳児健診
30日（火） 0歳児健診