

2月

ほけんだより

令和6年2月 虹のこころ保育園



暦の上では春になりますが、まだまだ寒い日が続いています。保育園には、子どもたちの笑顔と元気な声が溢れており、不思議と寒さを忘れてしまいます。

インフルエンザや胃腸炎などが流行する季節になりました。手洗いうがいなどの基本的な感染症対策を習慣づけ、今月も元気に過ごしましょう！



正しく手を洗おう！

コロナ禍で、手洗いうがいがしっかりと習慣づいているご家庭が多いかと思えます。ここで、大人も子どもも、きちんと正しい方法で手洗いが出来ているか、改めてチェックしてみましょう。



①手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



保湿して肌荒れを予防しよう！



空気が乾燥する冬は、お肌も乾燥する季節です。保育園でも、お肌の乾燥とともにかゆみを訴える子どもの姿も増えてきました。子どもの皮膚は薄く、肌のバリア機能も未発達のため、大人よりもずっと乾燥しやすくなっています。

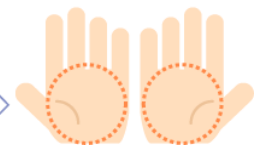
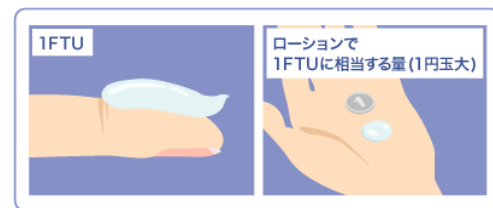
肌荒れや湿疹を長くそのままにしていると、食物アレルギーを引き起こすことがある（経皮感作）と言われています。最近、肌荒れや湿疹をきちんと治すことは、食物アレルギーの予防にも繋がること分かっています。

保湿クリームでは改善されないような肌荒れがある場合は、皮膚科を受診し治療をしていきましょう。皮膚科で処方されるステロイドの塗り薬が心配で少し怖い…と思う方もいるかと思いますが、医師の指示に沿って正しく使えば、安全でとても心強い味方になってくれる薬です。

事務所には、肌荒れやアトピー性皮膚炎についてのリーフレットもありますので、お気軽に看護師までお声かけ下さい。



保湿剤の量の目安



成人の手のひら2枚分の面積に塗る量に相当します

● ティッシュが1枚張り付くくらい

2月のほけ人行事

5日 頭髪検査

14日 身体測定 (ひまわり組・ゆり組・ちゅうりっぷ組)

19日 頭髪検査

20日 身体測定 (すみれ組)

21日 身体測定 (あじさい組・よつば組)

