

ほけんだより

令和6年1月4日(木) 東保育所



あけまして
おめでとうございます!



子どもたちの元気なあいさつで、新しい一年が幕を開けました。今年も、うがい、手洗い、咳エチケットで感染予防をしながら、元気に過ごしましょう。

寒い季節は、肌の乾燥やかゆみが気になります。空気が乾燥して汗をかきにくくなるため、皮膚の保湿力が低下しているのです。室内の加湿、保湿剤でのスキンケアも続けましょう！

子どもの皮膚を守るには…

Point 1 やさしく洗いましょう

・からだはやわらかいタオルで洗いましょう

からだをゴシゴシ洗うと、皮膚を守るバリアまで洗い落としてしまいます。やわらかいタオルでやさしく洗いましょう。

・入浴剤は刺激のないものを

皮膚が乾燥していると、刺激に弱くなります。入浴剤は刺激の少ないものを選びましょう。



Point 2 保湿しましょう

・背中やひざの裏もしっかり

自分で保湿剤を塗るようになっても、手の届きにくい部分は大人がしっかり塗ってあげましょう。



Point 3 綿のパジャマを！

・化繊より綿がおすすめ

化繊のパジャマは乾きやすいのですが、その分、水分を保つ働きが弱いため、皮膚が乾燥しやすいです。綿のパジャマがおすすめです。



感染症流行期のおう吐対応について



ノロウイルスやロタウイルスによる「ウイルス性胃腸炎」が流行する季節になりました。保育所では、お子さんがおう吐した場合、所内の流行感染を防ぐために、洗わず、密封してお渡ししています。ご家庭で消毒・洗濯をしていただくよう、ご理解と協力をお願いします。

ご家庭では…

① 手袋とマスクをつける ②換気しながら開封する ③汚れを取り除く

④消毒液を作る(塩素系消毒薬 ペットボトルキャップ4杯に水1リットル)

⑤消毒液にしっかり浸す ⑥他のものと分けて洗濯する ⑦手などを良く洗う

※塩素系消毒薬は、衣類につくと色落ちします。色落ちさせたくない場合は、85度以上の熱湯に1分間つける方法もあります。