

1がつのほけんだより

平成 27 年 12 月 25 日
しんあい保育園

新しい一年がスタートします。もう、目標はたてましたか？ 年の始めだからこそ「かぜを引かない」「手洗い・うがいを必ずする」などの健康についての目標もたててみましょう。食事、運動、睡眠のバランスを大切に、心身ともに健康で過ごせるようにしましょう。

歯科検診が無事に終わりました。



12月17日(木)平成27年度2回目の歯科検診が無事に終わりました。長尾先生からは、5歳児の“フッ素洗口”の効果は出ているようで、数年前に比べ虫歯の数は随分と減ったとおほめの言葉をいただきました。しかし、一人で何本もの虫歯を抱えていることもあります。保育園を卒園するまでは、寝る前の仕上げ磨きをしてあげてください。

◆お願い◆

RSウイルス感染症・感染性胃腸炎がはやっています。保育園には0歳から6歳までの子どもたちがいます。また、生まれたばかりの新生児が兄弟姉妹にいたり、また元気に登園しているようでも、なんらかの病気をもち、園ではやっている病気に敏感になって生活している子どもたちも大勢います。自分の子どもの調子が悪かったら、早めに病院へ行き、しっかりお休みをすることにより、病気になったわが子の回復も早く軽く済むことができます。お忙しいとは思いますが、ご協力お願いいたします。

子どもの皮膚のはなし

みずみずしく見える0、1、2歳児の肌ですが、実は大人よりも表面を覆っている表皮がずっと薄いので、乾燥しやすいのです。また、皮脂の分泌量も少ないため、バリア機能も低く、汚れや汗などの刺激ですぐに荒れたり、かぶれたりすることも。季節の変わり目は乾燥しやすいので、肌に合った保湿クリームなどをこまめに塗って、水分や脂分を補いましょう。



看護師からひとこと

12月に入り、急に乾燥がすすみ子どもたちの皮膚の乾燥が目立ち始めました。また、急な発熱で、朝は元気だったのに・・・なんていう子どもでも、38℃39℃と熱を出して、保護者の方にお迎えをお願いすることもたびたびあり、おどろかれる方も多いかと思えます。乾燥肌については、日々の入浴時の肌の洗い方や保湿剤の塗り方一つで随分とよくなります。発熱や嘔吐については、この時期大変感染しやすく、また乳児に限っては、重症化する場合があります。困ったことがありましたら、ぜひ声をかけてください。子どもたちが、元気で明るく伸び伸びと生活できるよう私たちも日々勉強していきたいと思えます。

