

～ほけんだより 1月号～

<手洗い指導と歯磨き指導をしました！>

少し前になりますが、にじ・そら・そよかぜ組さんに手洗い指導を行いました。外から帰った後やトイレの後などは、目には見えないばい菌がたくさん手についていること、手洗いをしないと体がどうなってしまうのかなど、紙芝居を用いてお話ししました。

みんなとても真剣に聞き、お話の後は実際にイラスト手順をみながら手洗いをしました。

今も、手洗い場の前に貼った手順をみながら上手に洗えている姿を見かけます。

12月19日にはそら・そよかぜ組さんに歯磨き指導を行いました。

虫歯を作るしくみや、歯磨きの仕方などをお話ししました。

一緒にガラガラうがいの練習もしましたよ。

ご自宅でも手洗いうがいをぜひ声掛けをしていただき、感染予防を行っていきましょう。

<園での感染症情報>

12月に入り、当園でも病欠される方が多くなりました。

12/1～12/26までで、胃腸炎が9人、インフルエンザA型が2名出ました。

園では日常的に、加湿器水の中に弱酸性次亜塩素酸水を入れ、保育室内を消毒しています。感染症発生時は、合同保育は最低限にすることや、室内・おもちゃの消毒回数を増やすなどの対策をとっています。

色んな感染症が流行する時期ですので、回復後登園される際には、登園許可証明書が必要な病気を確認して頂き、ご持参をお願いします。

<肌の乾燥について>

12月号でもお伝えしましたが、肌の乾燥が強い園児さんが多くみられます。

この時期は、暖房使用などでさらに部屋の空気の乾燥が強くなり、肌の乾燥だけでなく、ウイルスや細菌が増えやすくなります。温度調整と共に湿度調整も行っていきましょう。

スキンケアの注意点

★体を洗う時は石鹸をよく泡立てて優しく

肌の清潔のためにと、お風呂でゴシゴシ身体を洗いがちですが、子どもの肌はデリケートで、バリア機能も大人より未発達です。皮膚科医の中には「アトピー肌や肌が弱い子には石鹸は

数日に1回でいい」という先生もいますが、石鹼を使う時は、しっかり泡立てて、ゴシゴシ洗わず優しく洗いましょう。

★お風呂上りはたっぷり保湿を

肌に水分が浸透している間に保湿することが水分を角質層に閉じ込めることができるため、お風呂上り5～10分以内に塗ることが効果的です。内科健診診察医からのアドバイスは『ティッシュが張り付くくらいたっぷり保湿を。』とのことでした。ぜひ参考にして下さい。