

# ほけんだより 2月



2016/2/1 厚生館保育園

2月4日は「立春」で、春の始まりの日です。立春を過ぎてはじめて吹く強い南風を「春一番」。2月19日は「雨水」で、雪解け水がチョロチョロ流れ出す頃をさしています。

寒い日が続いていますが、暦では「春」がちらちら顔をのぞかせて、公園にも早咲きの梅が咲いているようですね・・・

インフルエンザがまだ流行していますが、生活リズムを整え、元気に春を迎えたいですね。

## 1月の感染症

感染性胃腸炎らしい症状はありましたが、診断された園児はいませんでした。

1月後半に入り、インフルエンザが猛威を振るっています。感染症サーベイランスによると、立花地区はまだ、3名の登録しかありませんが、感染が広がるのも時間の問題だと思います。

手洗い・うがい・咳エチケットに努めましょう。

※保育園にお越しの際は、手指の消毒をお願いします。



・・・知ってますか？

## 子どもの冬のスキンケア

きれい＝乾燥していない？

子どもの肌 VS 大人の肌



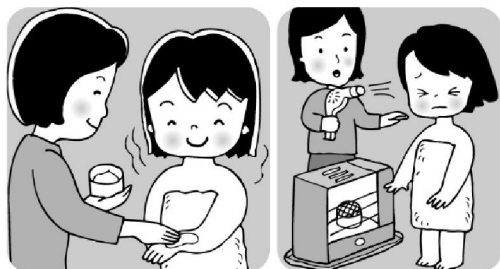
皮膚の表面にあり、バリア機能や保湿機能を備えている「角質層」。この層の厚さが、子どもは大人の1/2～1/3しかないとされています。薄い分だけ不安定で、水分も出て行きやすいのです。

乾燥してかゆくなると、子どもはかきむしって角質層を破壊し、余計に乾燥したり、とびひなどの新たなトラブルの原因に…という悪循環に陥ってしまいます。そうなる前に、かゆくならないようにしてあげるのが大切。

お風呂上がり、どっちが優先？

すぐさま保湿 VS しっかり乾かす

お風呂から上がったらなるべく早く、水分が完全に乾く前にクリームなどで潤いに蓋をして、保湿を。5分以内の保湿が効果的。



汚れは擦らないと落ちない？

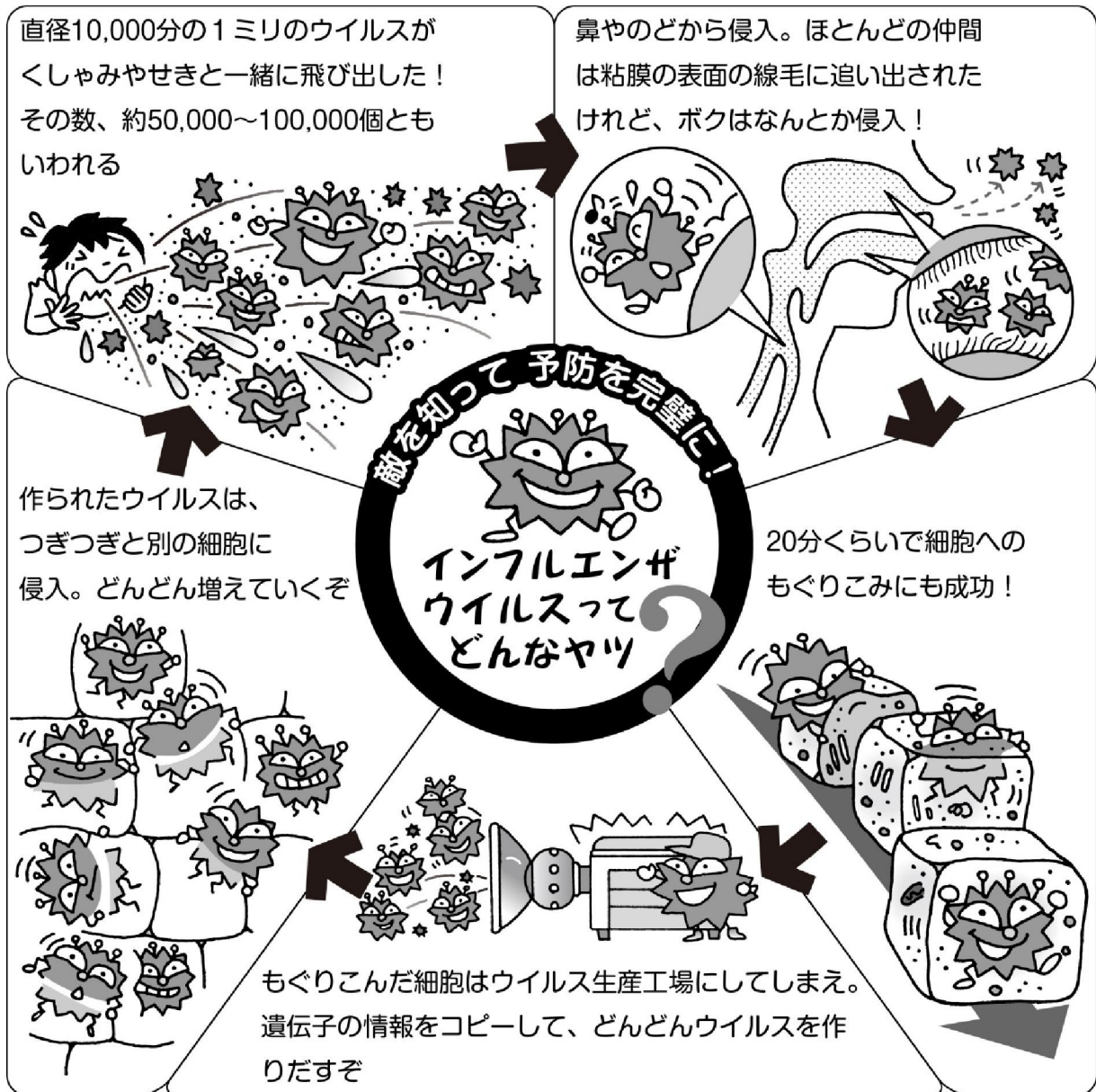
しっかり落とす VS 優しく落とす

お風呂で洗う時はごしごし擦らず、石けんをしっかり泡立て、手で優しく洗ってあげてください。十分きれいになります。

風呂上がりには、柔らかく清潔なタオルで肌を押さえるようにして水分を吸い取ります。



# まだまだ・・・インフルエンザに注意！



## ・・・2月保健行事

4日(木) 身体測定 (2～5才児)

5日(金) 地域身体測定

8日(月) 身体測定 (0, 1才児)

12日(金) 地域ベビーマッサージ・育児相談

15日(月) 地域・0才児健診

19日(金) 地域ベビーマッサージ・育児相談

26日(金) 地域ベビーマッサージ・育児相談