



2015/11/2 厚生館保育園

紅葉の季節ですね。紅葉といえば、真っ赤に色づくモミジやカエデを思い浮かべる方も多いと思います。カエデ科の木の成長はゆっくりで、大人の木になるまでに20年以上かかります。でもその分だけ、材木は固く、ボーリングのレーンなどにも使われています。

11月8日は『いい歯の日』。子ども達の歯もカエデと同じで、時間をかけて強くなっていきます。しっかりと根を張り、丈夫な幹を作れるように、見守っていきましょう。

10月の感染症

手足口病：うさぎ1名 おひさま2名 RSウイルス感染症：ひよこ2名

都内の感染症サーベイランスに登録している保育園でもRSウイルスは50名出ています。

年長児や成人に関しては症状も比較的軽く済みますが、非常に感染力が強くないうちにうつしていることもあるので、発熱・鼻汁・咳・喘鳴などが続く場合は、早めの受診が望ましいでしょう。

薄着と健康 ……薄着のすすめ…

☆どうして必要か

* 皮膚の働きには、体温調節機能や外界からの刺激、細菌を防御する力があります。

☆薄着にしても『風邪』はひかないの？

* 風邪を引き原因はウイルスや細菌によるものです。

* その誘因として①環境「寒さと空気的环境」

②受ける子ども自身の問題「睡眠不足や遅寝の原因、疲れ、食事のバランスの崩れ、皮膚の機能低下」などが重なって病気になります。

* 抵抗力を高めるためには、普段から生活リズムを整え、通常の皮膚の働きができるようにします。

☆厚着の習慣がついてしまうと

* 体は、いつもぬるま湯につかっている状態で、少しの寒さにも抵抗することができず、いつまでも皮膚の機能の抵抗力がつかない状態になってしまいます。

☆保育園では

* 日中の外気温、活動、子どもの体調に合わせて衣服を調節します。



・・・衣服の上手な着せ方・・・

☆下着はきちんと着せる

- * 下着は汗を吸い取ってくれます。
- * 下着を着るだけで4℃ちがいます。(上着を重ねるより動きやすい)

☆素材のちがう服を重ね着する

- * 下着・襟付き・袖口の閉まったポロシャツやトレーナー。
- * 3枚ぐらいが適当、それ以上は窮屈です。

☆その他

- * 大人より1枚少なく
- * 室内の快適温度は、18～20℃(下着+半袖又は、長袖Tシャツ)
- * 外に出るときは気温に合わせて上着を着せましょう。年中位になったら自身の体で感じ判断できるようにしていきましょう。
- * 頬が赤くほつてたり、汗ばんだりする時は1枚脱がせましょう。(動きによって調節しましょう)



インフルエンザ

昨シーズンまでのインフルエンザワクチンはA型2種類、B型1種類の3価のワクチンでしたが、今シーズンから、A型2種類、B型2種類の4価のワクチンに変わりました。今まで、接種をしても予防効果が少ないとされていましたが、4価に変更され効果が期待されています。合併症の予防にもなりますので、ワクチン接種をお勧めします。

保健行事

- 2日(月) 身体測定(2～5才児)
- 5日(木) 身体測定(0, 1才児)
- 6日(金) 地域身体測定
- 9日(月) 歯科健診(幼児)
- 10日(火) 歯科健診(乳児)
- 11日(水) 園外保育引率
- 13日(金) 地域ベビーマッサージ・育児相談
- 16日(月) 地域・全園児健康診断
- 17日(火) 園外保育引率
- 20日(金) 地域ベビーマッサージ・育児相談
- 27日(金) 地域ベビーマッサージ・育児相談

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。

