



1月のほけんだより



2022/01/04

発行

明けましておめでとうございます。年末年始はご家族で楽しく過ごせたでしょうか？新型コロナウイルスの感染者はまだ少ないですが、少しずつ増加傾向にあり、変異株のオミクロン株の市中感染者も出てきています。オミクロン株は感染力がデルタ株の4倍とも言われています。引き続き感染対策をしていきましょう。

～スキンケアと冬場の衣類～

今年は例年よりも早くから寒い日が続きますね。冬の空気の乾燥や暖房も乾燥肌の原因になります。普段乾燥肌でないお子さんもかさかさしやすい時期なので、お風呂上がりすぐにスキンケアをすると良いです。また、裏起毛などの生地 of 衣類はかゆみのもとになります。綿など刺激の少ない衣類にしましょう。保育園内は床暖房があり、室内も20度前後に保つようになっていますので、厚着にならないよう保温は肌着で。肌着を着ると4℃位違うと言われています。半袖で良いのでしっかりした生地で首元が大きく開いていないものが良いです。

保湿剤の塗り方

① 適量を手に出します。

軟膏・クリームの場合



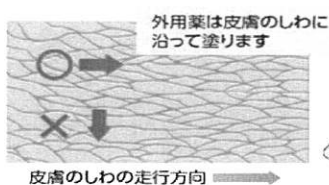
ローションの場合



② 数か所に分けて置きます。



③ 保湿剤が浸透しやすいように、皮膚のしわに沿って塗ります。



皮膚のしわの走行方向

〈12月の感染症〉



・ 感染性胃腸炎

(診断ついていない嘔吐・下痢含む)

れんげ組 4名

他に幼児で嘔吐・下痢はないが腹痛や胃部不快など訴える児がいました。

感染性胃腸炎は三鷹市や他の地域でも流行しています。消毒方法がわからない方は保健または事務室まで声を掛けてください。

・ 突発性発疹 れんげ組 1名

~~~~~  
\* 感染症ではありませんが、風邪症状で鼻汁が濃くなり、目やにが多く出ているお子さんも数名いました。米粒大の目やにが出る時は、眼科や小児科で点眼を処方してもらえると良いと思います。

## 「たんぼぼ組 ぶくぶくうがい開始」

- 1 お水を口の中に入れて口を閉じる
- 2 口の中でブクブクする
- 3 静かに水を吐き出す
- 4 3回繰り返す



## 〈今月の保健行事〉

- ・ 健診 1/20 (木) 乳児・こすもす
- ・ 身体測定 各クラス月1回