



たかさご保育園

新年あけましておめでとうございます。楽しいお正月を過ごされたことでしょう。1月は1年の中で最も寒さが厳しく、病気やケガの多発する月でもあるためお互いに配慮して、子どもたちの健康管理をして行きましょう。

### 保健行事

**0才児健診** 1月20日(火曜日) 14時30分より 嘱託医 吉崎先生

※地域の方の参加(健康相談等)も歓迎致します。身長・体重測定もしています。

**視力測定** 1月15日(木曜日) 3才児

※4才児は、12月19日に終了しました。5才児は、就学時健診時に行っているために後期は、ありません。

**歯科講習会** 1月31日(土曜日) 13時~13時30分 嘱託医の桜井先生によるお話があります。

### ※子どもの皮膚・大人の皮膚《体を守る皮膚のバリア機能》※

皮膚は、バイ菌や汚れを通さないようにし、又、体内の水分などが出ていかないように守ってくれています。この皮膚の働きをバリア(防衛)機能といいます。このバリア機能は、表皮の内の角層にあります。表皮の厚さは0.1mmと薄いものですが、子どもはこれよりずっと薄くなっています。子どもの皮膚は、大人よりすべすべしてきれいに見えますが、薄い分だけバリア機能も低く、水分も出ていきやすくなっています。その上皮脂の分泌も少なく、保湿機能も未熟なので、乾燥する冬には、カサカサしやすいので、カサカサ肌にならないために水分や脂分を含むクリームを塗って補ってあげることが大切です。お風呂上りに塗布すると効果的です!



### ※肌荒れ予防※

- ♡ 体は、いつも清潔にしておきましょう
- ♡ 肌荒れのひどい時は、入浴時ゴシゴシ洗うとさらに表皮を傷つけるので、やさしく洗ってあげましょう
- ♡ 入浴後は、刺激の少ない保湿クリームでスキンケアをしましょう
- ♡ 肌着を必ず着用し、直接肌に触れる部分は木綿の衣類を着ましょう。化学繊維の衣類は静電気で皮膚に目に見えない傷をつけます
- ♡ 直接肌に触れるものの洗濯に柔軟剤を使うと、汗と化学反応をおこし、肌荒れがひどくなる場合がありますので避けましょう
- ♡ 毎日手入れをしても肌荒れが続く場合は、皮膚科を受診しましょう

### 子どもの『やる気』を大切に

子どもが自分で服を着ようとしても、前と後ろが逆だったり、ボタンをかけ違えていたり・・・特に朝の忙しい時などは“もう～お母さんがやるから、”ということになってしまうかもしれませんね。でも子どもが自分で服を着たがっていたら、その『やる気』はとっても大切。多少失敗しても、見守ってあげましょう。上手に着られたらほめてあげましょう。

