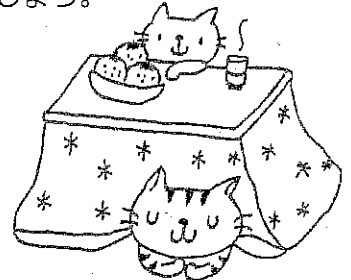


# ほけんだより

令和5年度 2月号

寒い日が続くと窓を開けての換気を忘れがちですが、マスク・手洗いと同じくらい換気することは感染症を蔓延させない為の予防となります。室内で長く過ごす時は気分転換もかねて1日数回窓を開けて換気することもこころがけていきましょう。

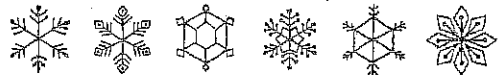


## 〜〜12・1月の感染症情報〜〜

- 12月：溶連菌感染症・・・1名（ぺんぎん組）
- RSウイルス・・・1名（あかちゃん組）
- とびひ・・・1名（ぺんぎん組）
- インフルエンザ（A型）・・・10名（あかちゃん組 6名 ペんぎん組 2名  
らっこ組 1名 くじら組 1名）
- 1月：アデノウイルス（プール熱）・・・1名（あかちゃん組）
- インフルエンザ（A型）・・・1名（ぺんぎん組）
- 溶連菌感染症・・・1名（ぺんぎん組）
- コロナウイルス感染症・・・1名（らっこ組）

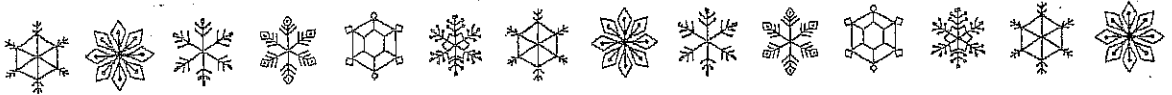


### 登園禁止措置（出席停止期間）とは？



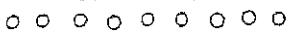
「熱や主症状が消失しても数日お休みして下さい」とお願いしている感染症があります。園は免疫力が未熟な乳幼児から色々な感染症を経験した5～6歳児までが集団で長時間生活しています。その中で感染症が蔓延しないよう感染力が強い時期にお休みして頂くのが出席停止期間です。登園の目安は日数だけでは無く、子どもの表情・食欲もしっかり加味してください。また、感染症の中には症状が治まっても1ヵ月位は便にウイルスが排出される場合もあります。排便（オムツ交換）後の手洗いは忘れずして下さい。

新型コロナウイルスに感染した場合は発症から5日以上かつ、（薬を飲まずに）症状が消失してから24時間以上経過（この期間が出席停止期間）していれば登園可能ですが、受診先の医師の指示に従ってください。



### 受診した時の情報を知らせてください

病院を受診した場合、症状が落ち着いてからの登園でも「病院でこんな事言われました。」  
「こんな診断名でした。」など、友達にうつす可能性が低い場合でも忘れずに保育者に  
伝えて下さい。また、園の登園時間は9:20までです。お休みする場合や遅れる場合は  
9:20までに必ず連絡して下さい。



## 子どものお肌、ケアしていますか？

乾燥が強い冬は子どもの肌もかなり乾燥しています。子どもの皮膚は薄いので、表面を保護することが大切です。

入浴後におとなは 身体にボディクリーム、顔には美容液などでケアしますが子どもにはどうですか？ 実は子どもは20代女性と比べると半分以下しか皮脂がありません。皮脂は肌のバリア機能としての働きがあります。それで子どもにもスキンケアが必要なのです。

肌に塗るものには、ワセリンのように肌の水分喪失を防ぐものと、ヒルドイドのように水分を与えるものがありますが、どちらでも構いません。皮膚のバリア機能が失われると、そこから色々なものが侵入してアレルギーを発症することが知られています。



どんな軟膏でも皮膚が清潔な状態の入浴後が一番効果的です。特に冬場はしっかり肌にくっついて保護効果のある軟膏やクリームタイプがいいでしょう。乾燥以外のトラブルがなければ市販のものでも構いません。量はたっぷりテカるほど、あるいはティッシュペーパーが貼りつくくらい塗るのが望ましいです。塗るのは朝と入浴後の2回しっかり塗布。それでも痒み・赤味がある時は改めて皮膚科を受診しましょう。

**軟膏（チューブタイプも含む）は開封後6ヵ月が目安です。**

**同じ薬を半年続けても改善が見られない時はケアの仕方を見直すか皮膚科を再受診するなどしてみましょう**

**見直すか皮膚科を再受診するなどしてみましょう**

軟膏の他にも入浴の仕方を見直してみるのも効果的です。熱いお風呂は皮脂油分が必要以上に剥がれます。39度位のぬるめが良いとされています。ひと昔前はゴシゴシ擦って洗うことが清潔だと言われていましたが、今はしっかり泡立てた（クリーム状に）石けん等を手のひらにのせて優しくなでるように洗うのが肌を傷つけない方法として推奨されています。

シャンプーやボディソープは汚れと同時に皮脂も洗い流します。使い過ぎに気を付けてください。

湯上り後もバスタオルでゴシゴシ拭き取ると肌を刺激する要因となります。



**好みや習慣があると思いますが子どもの肌を守るために**

**ちょっと気にしてケアしてみませんか**