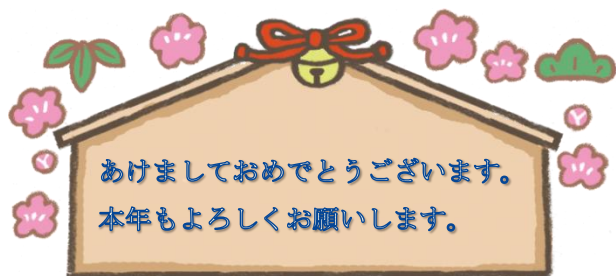


ほけんだより



平成30年1月4日
社会福祉法人
国立保育会
富士本保育園



年末はウイルス性胃腸炎やインフルエンザの感染がありました。大流行にならずに新年を迎えることができ、一安心です。中旬以降は高熱を出すお子さんが急激に増え心配しましたが、風邪との診断で、回復も早いように感じました。年末年始のお休み中は元気に過ごせましたか。これからまだまだ寒く、乾燥する日が続きます。引き続き感染症対策を行っていきましょう。

さて、感染症予防に有効な手洗いです。皮膚の弱いお子さんにとってはケアが必要になるかもしれません。濡れたままではひび割れやガサガサの原因になります。よく水気を拭き取り、クリームなどで保湿をするとよいですね。市販のクリームを園で使用する事はできませんが、ひびやかざれに対してはプロペトで対応します。悪化してしまい、お薬の使用が必要な場合には病院からの指示書でお預かりいたしますのでご相談下さい。

冬の肌荒れ対策

空気が乾燥する冬は、お肌も乾燥する季節。特に子どもは、肌のバリア機能が未発達のため、荒れやすいのです。日々のケアを心がけ、デリケートな肌を守りましょう。

○手洗いをした後は水分をよく拭きとりましょう。

○おうちで入浴後保湿クリームを塗りましょう。



保健行事予定

- 1月10日(水) 幼児クラス身体測定
- 11日(木) 2歳児身体測定
- 12日(金) 0歳児身体測定
- 15日(月) 1歳児身体測定
- 31日(水) 0歳児健康診断



じょうずに鼻がかめるかな

まず、口から息を吸い込みます。ティッシュを広げ、鼻全体を包むように押さえましょう。



片方の鼻の穴を押さえ、ゆっくり少しずつかみます。強くかみ過ぎないように気を付けましょう。



鼻をつまむように拭き取り、ティッシュはゴミ箱に捨てましょう。



鼻水の色を見てみよう

透明

気温の変化によるものやかぜの初期症状の場合に見られます。鼻水は垂れたままにしていると肌荒れの原因になるので注意が必要です。

黄色から緑色

細菌に感染している可能性があり、緑色に近いほど症状が悪いので早めに病院へ行きましょう。また、透明の鼻水に比べてドロツとしているため、鼻の奥で溜まってしまふことがあります。その時は加湿などを行い、鼻水を出しやすくしましょう。