ほけんだより２月号

令和３年１月29日
椙山こども園
養護教諭　竹内あずさ

気温が低く乾燥した日が続いています。2月3日は、暦の上では立春で春を迎える時期とされていますが、一般的に1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。新型コロナウイルス感染症も猛威を奮っているので、手洗い・うがいをしっかり行い、予防に努めましょう。

保湿について

子どもの皮膚は薄く、バリア機能の未熟で、保水能力が低く、皮脂の分泌も少ないため、乾燥肌の原因になり、皮膚トラブルが起きやすくなります。園でも肌の乾燥のため、痒みでかきむしる子や粉を吹いている子を見かけます。自宅で保湿ケアをすることで防ぐことができるので、朝晩、特に入浴後に保湿剤を塗るようにしましょう。

現在のアレルギーの原因として、皮膚の傷などからアレルゲン物質（卵、乳、花粉など）が入ることがアレルギー発症の要因の一つと言われています。皮膚を守ることでアレルギー予防にもなるので、皮膚の清潔と保湿に気をつけ健康な肌を保ちましょう。

やけどについて

子どもの手の届く場所に暖房器具や調理器具がありませんか。鍋やホットプレートに触れて、手のひらにやけどをすることがあります。又、ポット等のコンセントも手が届くところにあると引っ張りやすく危険です。ベビー柵なども利用し安全に過ごせる環境を見直してみましょう。

手当の仕方

・すぐに水道水で最低でも 15～30 分は冷やします。
・発赤部位が広い（大人の手のひらくらい）、水疱が大きい（500 円玉程度）、痛みがあるときは受診しましょう。
・水疱はつぶすと細菌感染することもあるので、自然に吸収されるまでつぶさないようにします。

広範囲のやけどの場合

・すぐシャワーで服の上から水をかけるか、水風呂につけ冷やすことが大切です。
・長く水につけることによる低体温に注意しましょう。
・服は脱がせるか、切るか、そのままにするかは状況にあわせます。
・やけどの部位に軽くガーゼかきれいなタオルを当て、病院へ受診するか、やけどの程度により救急車を呼びます。

園でのマスク着用について

今まで、子ども間の感染率が低いこと、熱中症のリスクが高いことから、積極的に外遊びでは子どもたちのマスクの着用はしてきませんでした。しかし、新型コロナウイルスの感染拡大、国内で変異種が確認されていること、冬季で熱中症の危険が少ないため、外遊びでも幼児クラスのマスクの着用をすることで、園での感染リスク軽減をしていきたいと思います。

２月身体測定：２月 10 日（水）