



# ほけんだより

1月号

合志市社会福祉協議会  
このみ坂保育園  
R3.1.10 看護師 吉武 智美

あけましておめでとうございます。新型コロナウイルス感染症での外出自粛が余儀なくされる中、年末年始はどのように過ごされましたか？つい不規則な生活をしたり、食べ過ぎたりしませんでしたか？今年も子どもたちが健康に過ごせるように、ほけんだよりを通して病気の予防法などをお伝えしていきます。本年も宜しくお願いいたします。

## 登園にあたってのお願い

### ◆発熱時

発熱後の登園の目安は、解熱後、24時間経過してからになります。

完治する前に登園することで、翌日には症状がぶり返し、再度発熱したり、症状の長期化や重症化することもありますので、完治後の登園をよろしくお願ひします。

※ご家庭での療養が難しい場合には「病後児保育」などの利用をおすすめいたします。お問い合わせ こども支援センター 病児保育室「すこやか」

TEL096-242-7008

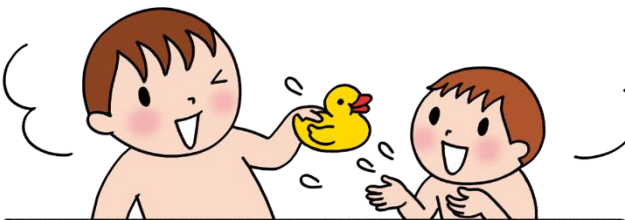
### ◆嘔吐・下痢

嘔吐・下痢の症状がある場合の登園は控えて下さい。夜中に嘔吐・下痢があった場合も控えられて下さい。

※登園の目安は普段通りの食事ができ、嘔吐も下痢も症状が消失してからです。

この冬は、例年以上に感染症対策が必要になります。保育園は集団生活の場ですので、新型コロナウイルスだけでなく、乳幼児に流行する感染症も発生するリスクがあります。保護者の皆様のご協力をよろしくお願ひいたします。

## スキンケア



### ●入浴ポイント

毎日の入浴で体を清潔に保つことは大切ですが、洗浄力の強い石けんやボディソープで洗うと、かえって肌を乾燥させます。洗浄力がゆるやかで刺激の弱い物を少量、よく泡立ててから使いましょう。肌が乾燥気味の時は、タオルを使わず、手で優しく洗う程度で十分です。また、保湿成分を含む入浴剤を使用するのも効果的です。かゆみ強い時は、ぬるめの湯温で入浴しましょう。

### 乾燥対策のポイント

湿度が50%以下になると、皮膚の乾燥が始まると言われています。加湿器の使用や洗濯物の部屋干しなどで、室内の湿度調節を行い、衣類は通気性がよい物を選びましょう。特に乳児は、冬場だけでなく一年を通じたスキンケアが欠かせません。医師や薬剤師に相談して、子どもの肌質や年齢に合った保湿剤を見つけておくのもよいでしょう。