

# ほけんだより

運動会が終わったと同時に秋らしい気候になり、日中は過ごしやすい時期となりました。園庭で遊ぶ子ども達も元気いっぱいです。先日、行われた健康診断時に「乾燥肌」の対処方法について園医の池澤先生よりアドバイスを頂きました。

## 子どもの皮膚のはなし

秋冬の乾燥しがちな空気は、デリケートな子どもの肌には大敵です。放っておくと、カサカサ、カユカユの乾燥肌になってしまいます!!皮膚の乾燥の見分け方で一番簡単なのは「触れた時にカサカサしてつやがない」「子どもなのに細かいしわが多い」という点ではないでしょうか!?またそれを放っておくと「掻きむしり」が始まります。乾燥しやすい子、そうでない子がいますので乾燥がひどい場合は日常的なケアをしてあげて下さいね。

### ① たっぶりの保湿

保湿剤はたっぷり塗りましょう。ベタベタが気になり嫌がる子どもさんには塗った後にベタベタする量を拭き取っても効果はあるそうです

### ② 清潔を保つ

毎日お風呂に入って清潔を保ちましょう。お風呂に入れない時も体を拭いてあげましょう。体を洗うときには石鹸を泡立て優しく洗って下さい。

### ③ 刺激を少なくする

肌に直接身につける衣類は「綿」素材がおすすです。ポリエステルなどの合成繊維は静電気を起こしやすいため、皮膚を刺激してかゆみの原因になります。

## インフルエンザ予防接種のシーズンです

子どもの場合は、1シーズン2回接種が標準です。接種してから、2週間以上たないと効果が現れないと言われていますので、10月の後半、または11月の初旬を第一回目の接種の時期としましょう。

1、2月の流行期に間に合うように医療機関にお問い合わせください。アレルギーのあるお子さんの場合は医師とよく相談してください。

### 9月登園届報告

#### 0、1歳児 にじひか組

アデノウイルス感染症 1名

#### 2歳児 そよかせ組

手足口病 1名  
アデノウイルス感染症 1名

#### 3・4・5歳児

エコーウイルス 1名  
感染性胃腸炎 1名  
アデノウイルス感染症 2名  
流行性耳下腺炎(おたふく風邪) 1名

発刊者 看護師 立山園美

## 水痘(水ぼうそう)の定期予防接種について

市よりお便りなどでお知らせがきている通り10月より「水痘ワクチン」が定期接種となりました。

対象：1歳～3歳未満で水痘に罹ったことがない児  
回数：2回(3ヶ月以上の間隔をあけて)

また平成26年度に限り、水痘に罹ったことのない3～5歳未満で、一回も水痘ワクチンを接種したことのない児を対象に無料で一回のみ接種を受けることができます。

\*詳しくは市からのお便りなどをご覧ください。  
水痘はワクチンを接種することで、罹患率も下がる他、罹っても重症化しにくいと言われていますので特に3～5歳未満のお子さんは今年度中に接種をお願いします。