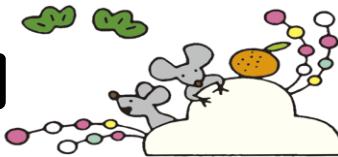


ほけんだより 1月



2026年1月4日

港区志田町保育室

看護師

あけましておめでとうございます。子どもたちの元気なあいさつで、新しい1年が幕を開けました。昨年11月からインフルエンザA型が園でも大流行しました。まだまだ流行する季節ですので注意が必要です。今年もしっかり手洗い、せきエチケットで感染症予防しながら元気に過ごしましょう。



手洗いはかぜや感染症の予防につながります。

外から帰った後、遊びの後、トイレの後、食事やおやつの前には必ず正しい手洗いをしましょう。30秒位かけて、隅々まで丁寧に洗うことが大事です。

3歳まではおうちの人の援助や見守りが必要です。

手洗い



保湿剤、使い分けましょう！

水分多め

成分

油分多め

さらさら

使い心地

ややかため

やや弱め

持久力

強め

夏向き



●ローション
液状でのびがよく、
使い心地はさらさらし
ています。炎症や傷口
にはしみることも。

オールシーズン

●乳液



クリームよ
りも水分が多
く、のびがい
いタイプ。

●クリーム



軟こうよりもやわら
かく吸収されやすいで
すが、汗などで流れや
すいという弱点も。

冬向き

●軟こう

油分が多く、やや
かためですが、皮膚
への刺激がほとんど
ありません。