



# ほけんだより 9月号

2022年8月31日  
ゆらりん高輪保育園  
看護師 徳田 絢美

まだまだ残暑が続いておりますが、朝夕は秋の風をほんのり感じるようになってきました。先月から今月にかけて新型コロナウイルス感染症を含む感染症の流行があり、ご心配をおかけしました。より一層感染症対策に力を入れ子どもたちが元気に過ごすことができるように努めてまいります。発熱や呼吸器症状（咳・鼻水）、食欲不振、頭痛等の症状がございましたらできる限り病院受診をして自宅で安静に過ごすようお願い致します。

## スキンケアについて

子どもの皮膚は、大人と比べると厚さが半分程度しかありません。肌のバリア機能は未熟で皮脂の分泌量も少ないため、夏でも乾燥しやすいので注意をしてあげましょう。夏の時期は湿度も高く、肌が乾燥するとは考えにくいかもしれませんが、紫外線やエアコンの風、お風呂など子どもの肌の乾燥を招く要因がたくさんあります。乾燥している状態が進むと、汗疹（あせも）やとびひなどの肌のトラブルを起こしやすくなります。まだまだ暑い日が続きそうなので、今回はスキンケアのポイントをまとめさせて頂きました。


### 【 スキンケアのポイント 】

- ・肌を清潔に保つ（洗浄）→石鹸の泡で擦らずやさしく洗ってあげ、しっかり泡をながしてあげましょう！
- ・うるおいを与える（保湿）→お風呂や着替えなどのタイミングでたっぷりと保湿してあげましょう！
- ・紫外線のダメージから身体を守る（紫外線防御）  
→帽子などで日よけ対策をしましょう！日焼け止めを使用した後はしっかり洗い流しましょう！



※1人1人肌質が異なりますので肌に合うスキンケアを実施していきましょう♪

## 防災週間



9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、非常食や水、常備薬の賞味・消費期限などの確認、懐中電灯・携帯ラジオ・予備の乾電池などの見直しをしておきましょう。感染症の流行している渦中のため、マスク（マスクがない場合は手ぬぐいや、鼻や口を覆うハンカチなど）、消毒液、体温計を入れておくこともおすすめです。

また、お子さまにも火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、日頃から繰り返し説明し緊急時に備えるようにしましょう。園でも毎月、避難訓練を実施しています。

## 保健行事予定

<健康診断>

◎0・1歳児： 5日（月） 14：40～  
◎0・2歳児： 26日（月） 14：40～

<身体測定>

◎0歳児：9日（金） ◎1歳児：8日（木）  
◎2歳児：7日（水） ◎3歳児：6日（火）  
◎4・5歳児：5日（月）

※身体測定日は肌着の着用をよろしくお願い致します。

※9/12より育児休暇でお休みを頂いていた高橋先生が復帰される予定です。改めてよろしくお願い致します。

