



ほけんだより 冬号



令和2年12月23日

しあわせ保育園

看護師 星 真紀

園庭にも雪が積もり、子どもたちも大喜びです。本格的な冬を迎え、世界中で新型コロナ感染者増加のニュースが毎日のように聞かれています。大崎市でも感染の報告があり、身の引き締まる思いですが、今まで通り手洗いや手指消毒・マスクの正しい着用をしっかりと行い、感染防止対策を行っていきましょう。家族で美味しい物を食べ、会話を楽しみ、笑顔あふれる時間を過ごすことが免疫力アップにもつながります。

病後児保育では、利用者が現時点で52名となりました。利用したことで、「ゆっくり過ごせた」「回復できた」などの声が聞かれています。また子どもが元気になる姿を見て私達も嬉しい思いです。今年も残りわずかとなりました。来年も元気いっぱい、笑顔いっぱい、素敵な年を迎えましょう。

— 感染症対策について —

新型コロナウイルスの患者さんが県内で増え続けています。感染予防の為、以下の点を変更させていただきますのでよろしくお願いします。

●歯磨き・うがい中止について

飛沫感染防止の観点から1月より歯磨き・うがいを中止とします。歯ブラシ・コップの持参はなくなります。



●水筒・マグ等の準備について

・1・2歳児クラスは、毎日水筒（500ml位のものでストロー付きまたは直飲みのものに水かお茶）を持ってきて下さい。

・0歳児クラスは月齢によって水筒かマグ（ミルク用とは別に）に水かお茶か白湯を持ってきてください。



●マスク装着について

咳などがひどい場合には、1・2歳児クラスの子どものマスク着用をお願いします。また、交換用のマスクをリュックに入れて下さい。

●吐物・下痢汚染の衣類について

今までは嘔吐物や下痢便が付いた衣類を洗ってお返ししていましたが、感染症拡大防止の為、洗わずに袋を2重にして密閉した状態でお返しすることになりました。

▼朝の検温について

毎朝体温測定を行い連絡帳に記入して下さい。体温の経過を知ることは感染予防につながります。



▼年度末までクッキングおよび2歳児が行っていた牛乳の配膳を感染予防のため、中止させていただきます。

冬のお風呂の温度

冬は外気温が下がるので、温かいお風呂でしっかり温まりたくなりますが、赤ちゃんや子どもは皮膚が薄いため大人のちょっと熱めの湯では熱すぎます。冬場は、37℃～40℃くらいの温度が子どもたちにとって適温です。また湯船につかっている時間は長くても10～15分くらいにしましょう。お風呂が親子のコミュニケーションの場になると心もポカポカいい気持ちになりますね。



— 冬のスキンケア —

子どもは大人と違って、皮膚のバリア機能が弱く手足が冷たくなりやすい特徴があります。肌が乾燥したままの状態が続くとかゆみを伴う発疹ができ、かきむしって悪化させてしまうことがあります。空気が乾燥するこの季節は、入浴後や外出前に保湿効果のあるクリームなどを塗って優しく保護してあげましょう。また、アトピー性皮膚炎やアレルギーのあるお子さんは皮膚科の先生と相談し体質にあった軟膏を処方してもらいましょう。

<しもやけ>

寒さや冷えからくる血行不良が原因で起こる炎症です。手先、足先、耳、鼻、頬などの細かい血管が集まる体の末端で症状が見られ赤く腫れて体が温まるとかゆくなる場合があります。赤紫の斑点のようになる場合もあります。お風呂でゆっくり温めマッサージしたり水に触れたあとは乾いたタオルでしっかりふき取り保湿しましょう。

<ひび・あかぎれ>

冬の寒い時期に手足が乾燥し亀裂が入るのがひび。ひびが炎症するとあかぎれになります。ケアとしては、ワセリンなど油分が入った保湿剤を塗り血行を良くすることで。じくじくしてきたら皮膚科を受診しましょう。