



病児室だより

R2年12月第5号

病児保育ご利用にあたり、ご理解とご協力ありがとうございます。
 12月に入り、今年も残りわずかとなりました。
 雪の降る、寒い季節の到来ですね。そんな寒い時季ではありますが、
 体調を整え、元気に過ごしていきましょう。
 そして、まだまだ新型コロナウイルス感染症も油断できません！
 手指消毒やマスク着用など継続していきましょう。



乾燥するこの季節、子どものカサカサお肌に悩んでいませんか？
 乾燥などの肌トラブルを繰り返さない対策などを紹介していきたいと思います。

《ポイント》

- その①・石鹼・ボディークリームで洗いすぎない
- その②毎日肌に触れるものを見直す
- その③洗濯洗剤・柔軟剤にも注意！

《対処法として》

- ①子どもの肌は、大人の肌よりもバリア機能が未熟です。
 お風呂などで頭や体を洗い、清潔にしますが、洗いすぎにより本当は、残したい皮脂までも流してしまっている可能性があり、本来持っている保湿成分と一緒に洗い流してしまう事があります。**肌を清潔にすることも重要ですが、肌の潤いを奪いすぎない事が大切です。**入浴後、できれば**すぐにスキンケア**を行うのが理想的です！
- ②乾燥している肌は刺激に敏感！
 下着など、お子さんの肌質に合ったものをチョイスしてあげると良いですね。
 冬場に大活躍の機能性インナーは、ポリエステルやアクリルなどの化学繊維を多く使用している為、あまりお勧めできません。
- ③消臭効果抜群の洗濯洗剤や蛍光剤入り洗剤は？
 柔軟剤は界面活性剤が入り、消臭剤や漂白剤には、塩素系や科学物質等が含まれています。乾燥した肌へ刺激になることもあり、乾燥肌やアトピーなどの、肌疾患を持っている方には、お勧めできません。
 使用する場合は、よくすすぎよく乾燥させましょう。
 商品によっては、気持ち引き込まれるコマーシャルがありますが、よく成分や注意点をみて使用しましょう。

子どもの乾燥肌対策のポイント



～お知らせ～

年末年始休業 12月28日(月)～1月3日(日)

冬も、こまめな水分補給を！！

冬の脱水に注意



脱水というと、夏のイメージが強いかもしれませんが、冬でも脱水を引き起こすリスクがあります。

- 外的環境 ⇒ 空気の乾燥が挙げられます。現代の住宅は気密性が高く暖房器具の使用によりさらに湿度が下がります。
 乾燥した環境では、皮膚や粘膜、呼吸から自覚がないままに水分が失われる「不感蒸泄」は増えます。
- 内的環境 ⇒ 冬は水分を失っている自覚が少ないため、夏場に比べ飲料の摂取が減りがちです。体感温度が低いと喉の渇きを感じにくい事も理由の一つですが、体を冷やしたくないなどの理由で摂取を控える場合もあります。

上記のことから、日常的に脱水のリスクと隣り合わせで、注意が必要です！

おうちで遊ぼう！

～やってみてね～

すわり相撲～想像以上に楽しい、白熱室内あそび～
 <遊び方>



- 1、2人組で向き合い、体操座りをする。
 - 2、「はっけよーい、のこった！」で、座ったまま、お互いに押し合う。
 この時、おしりを床につけたままであれば、動いてもOK
 - 3、床に手をついたり、おしりを浮かせたり、倒れたりしたら負け
- <ポイント！>



座布団に、乗ってもおもしろい(座布団から落ちたら負け)
 3人くらいで、遊んでみてもおもしろいかも？
 床にビニールテープなどで土俵の円を作っても楽しめます。



11・12月病児保育利用状況

11月＝利用6名。喘息・咽頭炎・麦粒種(ものもらい)
 12月10日現在1名。急性胃腸炎の利用となっています。



特定非営利活動法人 オープンハウスこんぺいとう

病児室 TEL0233-29-2301

