



# ほけんだより 1月号

令和7年1月6日  
粉河保育園  
看護師 山田 昇子

あけましておめでとうございます。冬は感染症の流行とともに、肌の乾燥やかゆみが気になる季節です。暖房中は必ず加湿をして、お風呂の後には保湿クリームなどで、全身の保湿をしてあげましょう。

## 冬のスキンケア～子どもの皮膚の特徴～

### 子どもと大人の肌の違い

皮膚が薄い } 子どものお肌は弱い  
皮脂が少ない }

→皮膚のバリア機能が弱く、乾燥しやすいことに直結します

### 皮膚の役割

- ・様々な刺激から守ってくれる
- ・水分喪失を防いで乾燥予防
- ・体温調節
- ・触覚や温度変化のセンサー



### 保湿剤・保護剤の種類

- ① 白色ワセリン(プロバト)  
物理的にお肌を様々な刺激から守ってくれます
- ② ヘパリン類似物質含有剤  
水を保持する性質を持っており、水を保持=保湿効果を持っています
- ③ 尿素製剤  
角質融解作用があり、乾燥・湿疹で荒れて固くなったお肌を柔らかくして保湿します

### 子どもにはスキンケアが大切

スキンケアの基本は  
**清潔・保湿・保護**

### 外用薬の正しい塗り方



## < 要注意！ 感染性胃腸炎 >

感染性胃腸炎は、様々な細菌やウイルスなどが原因でおこる感染症です。ウイルス性胃腸炎はウイルスに感染して起こる急性の胃腸炎で「おなかの風邪」といわれることもあります。

11月のほけんだよりでもお知らせしましたが、冬から春にかけて特に注意が必要になります。

保育園は集団生活を送っているため、園内でヒトからヒトに感染し爆発的に流行することがあります。



### 感染拡大の最大の防止策は手洗いです！

ご家庭でも丁寧に手洗いをし、予防に努めましょう。そこで、園内での感染拡大防止のため、嘔吐や下痢で汚染された衣類や寝具は洗い流さずにそのままビニール袋に入れて返却させていただきます。



また近くにお友達が嘔吐した場合も、嘔吐物がかかっている可能性があるので、着替えさせていただきます。

保健所の指導のもとでこのような対応にさせていただきます。ご理解・ご協力よろしくお願いいたします。

感染性胃腸炎に感染したら、嘔吐・下痢などの症状が治まり普通の食事がとれるようになるまでは登園は控えましょう！

(※脱水に注意しましょう)

◎以下の様な場合も家庭保育の

ご協力をお願いします◎

- ・24 時間以内に2回以上の水様便や嘔吐がある
- ・食事や水分をとると下痢や嘔吐がある
- ・下痢(嘔吐)に伴い、いつもより体温が高めである