



1月保健だより

令和6年1月4日発行
社会福祉法人 青梅みどり福祉会
かすみ保育園

子どものお肌はとっても未熟で、1年中カサカサ状態！？

子どものお肌の特徴

- 皮膚が薄い（大人の半分程度の薄さ）
- 角層の水分保持能力が低い
- 皮膚の分泌量が少ない



無防備な子どものお肌は、保湿ケアで守ってあげましょう！

未熟でカサカサな子どもの肌。乾燥、紫外線、ばい菌などで肌荒れを起こしてしまいます。

「たかが肌荒れ」と思われるかもしれませんが、乾燥して荒れた肌は、異物が入りやすいスカスカの状態。そこからアレルギーの原因となる物質（アレルゲン）が入り込むことがアトピー性皮膚炎や食物アレルギーの一因と言われています。また、肌の基盤が作られる3歳までに肌トラブルを繰り返すと、一生肌トラブルを起こしやすい肌に育ってしまいます。子どもの肌は表皮が形成される3歳までは毎日のスキンケアで肌を守り育ててあげることが大切です。

ワセリン・プロペト＝お肌の保護（保護剤）

皮膚の表面に油分で膜を作ることで肌内部の水分が蒸発するのを防ぎ、外部の刺激から肌を保護する。

ヒルロイド＝お肌の保護（保湿剤）

皮膚に水分を補い、皮膚の角質層で水分を保つ。肌の血行を促進させることで肌の水分の循環や供給を増やす効果を持つ。



1月の予定

9日（火）身体測定
10日（水）乳児検診



子どもの鼻水が出やすいのはなぜ？

子どもの鼻は小さく狭く複雑な構造になっています。そのため少しの鼻水でも鼻に溜まり、鼻水が頻繁に出てしまいます。特に乳幼児は自分で鼻をかめないため、鼻水が溜まりやすいことも原因です。いつまでも続く鼻水を放っておくと、子どもの耳管は大人に比べて太く水平なので細菌やウイルスが鼻から耳へ入り込みやすく中耳炎になってしまいます。また副鼻腔に炎症がおこると副鼻腔炎を引き起こすこともあります。鼻水が出たら早めに治しましょう。



鼻水の色をみてみよう！



透明...気温の変化によるものや風邪の初期症状の場合に見られる。鼻水は垂れたままにしていると肌荒れの原因にもなるので注意が必要です。

黄色から緑色...細菌に感染している可能性があり、緑色に近いほど症状が悪いので早めに受診しましょう。透明の鼻水に比べてドロツとしている為鼻の奥で溜まってしまうことがあります。その時は加湿などを行い、鼻水を出しやすくしましょう。

12月報告

12月はインフルエンザA感染症が17名、新型コロナウイルス感染症が1名の報告がありました。感染症が流行する季節です。日頃からの予防が大切です。手洗いうがいを忘れずに元気よく過ごしましょう。