



ながらこども園
令和4年1月4日
発行

1月のほけんだより

あけましておめでとうございます。冬休み中はご家族みなさんでゆっくり過ごせましたでしょうか。また体調も変わりなく、元気に過ごせましたか？冬休み中に大きなケガや病気をされた方は、治療が済んでいる場合でもお知らせください。今年も園で元気いっぱいにご過ごせるよう体調管理に留意し、病気を寄せつけない丈夫な体をつくっていきましょう。

看護師 萩原 あずさ

乾燥から肌を守りましょう



かさかさ肌の季節です。子どもの肌は大人よりも潤って見えますが、大人よりも皮膚が薄く、水分が逃げやすいため保湿ケアが必要です。保湿剤を使用しているにもかかわらずなかなか改善しないという場合は、保湿剤を塗るタイミングや塗り方を見直してみましょう。

- 入浴して皮膚の汚れをきれいに落としてから塗る。
- お風呂上がりに、皮膚がしっかりと水分を含んでいる間に塗る。入浴後5～10分位の間に塗るのが効果的。
- 皮膚に擦り込まず、手のひら全体で皮膚にのせるようにたっぷりと塗る。
- しわを伸ばして塗る。
- 1日2回、お風呂上がりだけでなく、朝もタオルで拭いてから保湿剤を塗る。

スキンケアは皮膚をきれいにするのと、しっかり保湿することが基本です。また冬場は寒風に地肌をさらさないように、長袖・長ズボンを着用しましょう。



身体測定日



- 0～3歳児 1/23 (月)
- 4～5歳児 1/24 (火)

当日は着脱しやすい服装で髪を結んでいる場合は頭の上には結ばないようお願いします。



1/16 (月) は町の健診があります

対象の方は忘れずに受診しましょう。

1歳6か月児健診
令和3年1月から令和3年6月生

3歳児健診
平成31年2月から令和元年7月生

2歳児歯科健診
令和2年2月から令和2年7月生



感染症の拡大防止に引き続きご協力をお願いします

お子さんとご家族の登園前の体調チェックや体温測定、健康連絡カード（たんぼぼ組さんは連絡帳）への記入について、引き続きご協力をお願いします。

- 熱がある場合や熱が下がった後も24時間はご家庭で様子を見ていただくようお願いします。
- 咳、鼻水等の風邪症状がある場合も登園を控えてください。※気管支喘息やアレルギー性鼻炎等、アレルギー疾患（疑い含む）で医師の診察を受けている方は、お知らせください。
- 同居のご家族も検温を行い、体調に変わったことがあればお知らせください。ご家族やきょうだいが体調不良の場合も、家庭保育にご協力をお願いします。
- 登園前までに症状が治まった場合や週末中も含め、体調に変わったことがありましたらお知らせください。

感染症の流行状況により、上記の内容は変更する場合があります。その場合は、再度お知らせいたします。