



# 2月ほけんだより



認定こども園  
あゆのさと  
看護師 雨宮・石黒  
2023.2.1

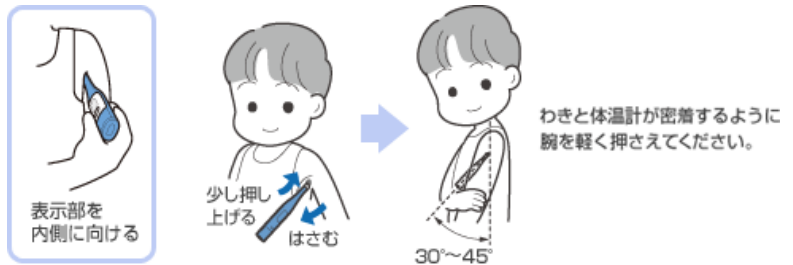
厳しい寒さの中でも、毎日元気いっぱいな子どもたち。マラソンや外遊びなど、寒さに負けず体を動かしています。コロナウイルスを始めとする感染症に気を付け、お子さんのみならず、ご家族そろっての体調管理をお願いします。体調を崩さないよう、環境に気を配り、丈夫な体を作って寒い季節を元気に乗り切りましょう。

## 体温の測り方

毎朝お忙しい中、お子さんの体調確認にご協力いただきありがとうございます。

最近では体温計も耳で測るタイプや非接触型など様々です。みなさんは普段、どのような体温計を使っていますか？今回は、一般的なわきで測る体温計の測り方のポイントをお知らせします。

- **いつも同じ測り方をする。**（わきの中央部に下から突き上げるイメージで）
- **汗を拭く。**  
汗をかいていると、熱の伝導率が異なってしまう正しく検温できない可能性があります。
- **下着に触らない。**  
下着などに当たってしまうと、熱の伝導率が異なってしまう正しく検温できない可能性があります。



体温を測るときは、子どもに直接触れて『体調はどうか？』『顔色はどうか？』『機嫌はどうか？』とスキンシップをとり、見て・触れ・感じることによる親子のコミュニケーションを一番大事にしていきたいと考えています。

## 肌の清潔と乾燥に注意

冬本番、空気が乾燥する季節になりました。園でも、肌が乾燥して白く粉をふいたり、カサカサしたり、唇が割れたりしている子がいます。スキンケアのポイントは「清潔」と「保湿」です。まずは、汗などの汚れを落として肌を清潔にします。乳児さんは、首や股のくびれなどは汚れが溜まりやすい場所です。忘れずにきれいにしましょう。その後、保湿クリームを塗るなどの日常的なケアを心がけるといい

でしょう。乾燥肌が進むと、あかぎれや発疹などのトラブルが起きやすくなります。肌の様子を観察し、早めに手当てしましょう。ポイントをおさえた

スキンケアを継続して、子どもの肌をすこやかに保ってあげましょう。

