

10月のほけんだより

平成30年9月28日

しんあい保育園

スポーツの秋、収穫の秋、食欲の秋・・・園では、運動会・遠足と楽しい行事が続きます。子どもの体力もぐんと伸びる時期。楽しい経験を通して、健康な体を育んでいきましょう。

内科検診のお知らせ

日時：10月23日（火）
13:00より
場所：ちゅんちゅん（支援センター）
先生：坂小児科の坂先生

*お休みのないようにしましょう。

●当日休んだ場合は、保護者に連れて行って
いただきます。ご協力お願いいたします。

10月の身体測定の日

10月15日（月）りんご組・幼児

10月16日（火）いちご組・もも組

*女の子は髪の毛のしぼる位置に気を付けてください。

「みんな 大きくなったかな。やるよ〜♪」の声で、身体測定を楽しみにしてくれる子供たち。「僕大きくなった？」
「私、大きくなった？」と測り終わると聞いてくる子供達の顔に、身体とともに心も成長している姿を感じます。
食欲の秋！栗ご飯にキノコご飯、秋刀魚に柿・・・おいしいものたくさん食べて元気な身体作りましょう！！

風疹が流行中！！

9月26日現在、国立感染症研究所は、今年の累積患者数が642人になったと発表しています。累積患者数は昨年1年間の6・9倍に達したとのこと。

大半が成人で、特に30代以上の男性が多く、研究所は、国の制度変更の影響で免疫が十分ではない可能性があるとして、30～50代の男性を中心に接種を徹底するよう呼び掛けています。

ところで、子供たちの予防接種の方はお済でしょうか？MR（風・麻疹）ワクチンは、1歳と5歳半～6歳半で打つことになっています。まだ済んでない方は、早めに接種しましょう。

秋冬のスキンケア3か条

秋冬の乾燥した空気は、デリケートな子どもの肌には大敵。放っておくと、かゆかゆ、かさかさになってしまいます。「こまめに、丁寧に」日常的なケアをしてあげてください。

① たっぶり保湿

保湿剤は、お風呂上がりには必ず塗りましょう。肌に湿り気があるうちに使うと、角質層に水分を閉じ込められるので効果的。

② 清潔を保つ

顔に汚れなどが付いていたらきれいにふいて。お風呂ではごしごしこすらず、せっけんを泡立てて優しく洗います。

③ 刺激を少なくする

直接肌にふれる衣類は綿素材がお勧め。ポリエステルなどの合成繊維は静電気を起こしやすいため、皮膚を刺激してかゆみのもとに。

看護師より

子供達は、運動会に向けて毎日練習に励んでいます。当日は秋晴れの良い天気にも恵まれると良いですね。元気に参加できるよう体調を整えましょう。