



様々な色の落ち葉が舞い落ち、秋も深まる頃となりました。子どもたちは、それを嬉しそうに集めたりちぎったりしてそれぞれの遊びを見つけ楽しんでます。日中はお日さまがより温かく感じられる程、朝晩の冷え込みが深まり、風邪を引いたり体調を崩しやすくなります。気温が下がり、湿度も下がると様々な感染症が流行しやすくなります。マスクや手洗い、うがいをしっかりとって感染症対策を行っていきましょう。



スキンケアについて



11月12日は「皮膚の日」です。冬の訪れとともに空気が乾燥する季節になり、乾燥した皮膚を掻きむしっている子がいます。これからの時期は肌も乾燥肌に傾き、トラブルを起こしやすくなります。毎日のスキンケアで肌トラブルを防ぎましょう。

スキンケアのポイントは「皮膚を清潔に保つこと(洗浄)」と「乾燥を防ぐこと(保湿)」です。

正しいスキンケア

- ◎たっぷり保湿・・・保湿剤はお風呂上がりに塗ると良いです。肌に湿り気があるうちに使うと、角質層に水分が閉じ込められ効果的です。
- ◎清潔を保つ・・・お風呂ではごしごしと身体をこすらずにせっけんを泡立て優しく洗いましょう。
- ◎刺激を少なくする・・・直接肌に触れる衣類は綿素材がおすすめです。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なります。

冬の皮膚トラブルを予防するには

- ・厚着をさせない
- ・室温・湿度の調節をこまめに行う
- ・冬の室温は18～22度、湿度は55～65%が目安。実際に子どもの身体を触って汗をかいていないか、冷えていないか確認して調節する
- ・汗をかいたら拭き、着替える
- ・毎日入浴して肌を清潔に保つ(赤ちゃんの場合「顔→頭→お腹と手足→背中→おしり・股間」の順番でせっけんをよく泡立て包み込むように洗う)
- ＊お湯だけでも十分に汚れは落ちます。せっけんの使い過ぎに注意を！！

秋の製作「くり」を作ったよ♪
ぬりえでは周りにも飾り付け☆
とっても上手に完成しました(^^)／



新しい秋の製作です・

はつぱ



でんでんたぬき

先月の利用状況

1日あたり(2～8人) 鼻副鼻腔炎、咽頭扁桃炎、
胃腸炎、RS、A型インフルエンザ(多い順)

	全体合計	0～3歳未満	3歳～5歳未満	5歳以上
高砂市	64人	32人	10人	22人
加古川市	36人	16人	6人	14人
その他の市	3人	0人	1人	2人
合計	103人	48人	17人	38人

病児保育室の詳しいご案内は
こばやし小児科ホームページを
ご覧ください

パンフレットも受付にあります！
お気軽に声をかけくださいね(^^)

キャンセルはなるべく**6時30分**までに
ご協力よろしくお願いします。

