



# ほけんだより 2月号

2023年2月6日  
さんいく保育園有明  
看護師 市川



低い気温や乾燥した空気がまだまだ続きますが、2月4日は立春であり暦の上では春を迎えようとしています。厳しい寒さの中でも元気いっぱいな子どもたちですが、冬季は様々な感染症に注意をしなければいけません。手洗いや咳エチケットなど感染症対策はもちろんですが、栄養や休養、運動などで元気な体作りをしましょう。

## お子様の肌、カサカサしていませんか…？



子どもの肌は大人に比べて以下の特徴があります。

- ①大人に比べて皮膚のバリア機能が未熟
- ②皮膚が薄く、保水能力も低い
- ③皮脂の分泌が少ない

これらに合わせて子どもは自分で痒みを我慢できず、掻きむしってしまい肌が傷つくことや不機嫌になりがちなのが見られます。

肌の清潔をしっかりと保ち、ご家庭での保湿をお願いします。

(乾燥が酷く、医師の指示があり処方された薬に限っては保育園でも塗布することができますのでご相談ください)  
また、冬でも肌着の着用をお勧めします。肌着に関しては綿素材の半袖やタンクトップのものが好ましいです。機能性インナーなども暖かいです。化学繊維で出来ているため肌の弱いお子様にはおすすめいたしません。また、吸湿発熱を利用しているものもあるためより乾燥が進んでしまいます。裏起毛の洋服も蒸れやすく熱がこもってしまうため、体温調節機能が未熟なお子様にとってデメリットとなります。

お子様のため、保湿や適切な衣類選択にご協力をお願いいたします。

## インフルエンザ注意報！

コロナウイルスの流行が始まってから陰に身を潜めていたインフルエンザですが、1月末現在で東京都内の保育所では112件のインフルエンザ様症状の集団事例が報告されており（昨年度は年間で2件程度）流行の兆しを感じられます。

インフルエンザの登園基準は「発症後5日が経過し、解熱後3日が経過してから」となっております。下記の表をご参考に、インフルエンザと診断されましたらかかりつけ医に登園再開日の目安を確認してください。

なお、当面の間インフルエンザ罹患後の登園に関する「登園許可証」に関しては不要となっておりますが、登園の際に保護者の方で「確認書」を記入していただきますのでご協力よろしくをお願いいたします。

また、感染拡大防止のためにも咳や鼻水等の風邪症状がある場合は早めの受診や家庭での休養にご協力ください。

発熱期間	0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
2日	×	×	○	○	○	○	登園可		
3日	×	×	×	○	○	○	登園可		
4日	×	×	×	×	○	○	○	登園可	
5日	×	×	×	×	×	○	○	○	登園可

↑ 発症日（発熱した日）

※×印：発熱があった日、○印：発熱がなかった日となります。