



# ほけんだより 9月号



平成30年9月3日

百合が丘ひまわり保育園

病児看護師

保育看護師

残暑は厳しいものの、朝夕の涼しい風に秋の気配を感じるようになりました。大きな事故もなく夏を過ごし、少し日焼けをしてどこか大人っぽくなった子どもたちを見て、大変嬉しく思います。残暑を乗り切り、元気に過ごしていきましょう。

## 救急の日

9月9日は救急の日です。

ご家庭に救急箱はありますか？ お子さまがけがをしたり、具合が悪くなった時にすぐに使えるように準備をしておきましょう。

- 中身を点検しておきましょう（薬、ガーゼ、テープ、爪切り、ピンセット、ばんそうこう、体温計、脱脂綿、綿棒、包帯、はさみ、は入れておくと便利です）。
- 薬の使用期限は1年に1度は確認しましょう。
- 消耗品は使ったら買い足しておきましょう。



## 風疹



最近ニュースで、都心で風疹が流行しているという情報が流れました。罹患者は主に、30～50代の男性とのことです。

空気中の風疹ウイルスが鼻や口から入り、2～3週間の潜伏期間を経て、赤い発疹が顔から現れて全身へ広がります。耳の後ろや首の後ろのリンパ腺が腫れることもあります。「三日ばしか」とも呼ばれるように、3日程で熱も下がり発疹もきれいに消えます。1歳になったら、早めの予防接種をお勧めします。

## ▽皮膚のケア▽

乾燥する季節となってきました。保湿をしてあげましょう。

子どもは新陳代謝が活発で、たくさんの汗をかきます。放っておくと皮膚（ひふ）のトラブルにもつながるので、体を清潔にして快適な毎日を送れるようにしましょう。

下記の他に濡れタオルで優しく拭き取ることも効果的です。



汗をかいたら、こまめにシャワーを浴びましょう。

お風呂上がりは、バスタオルでしっかり体を拭きましょう。あせもができていない時は、上から優しく押さえて水気を取ります。



乳児には、お風呂上がりの清潔な状態で、保湿クリームをつけましょう。