



11月 ほけんだより

R6.11月 ハート保育園

早いもので11月になりました。朝晩の冷えもあり、鼻水や咳のある園児が増えています。鼻水が黄色、咳がある、耳を触る、ぐずるなどの症状がありましたら、症状が悪化する前に早めの小児科や耳鼻科受診をお願いします（園での感染予防の為、ご協力をお願いします）

1. インフルエンザワクチンについて（多くの病院が10月から接種開始しています）

インフルエンザワクチンは受けたから必ず発症しないわけではなく、発症する事もあります。軽く済むことが多いです。また、肺炎や脳炎などの合併症を防ぐ効果もあります。小さい子は2回の接種が必要になります。アレルギーのある子は受けられないこともあるので、かかりつけの先生に相談してください。ちなみにインフルエンザワクチンは、任意の予防接種なので、接種の有無は保護者の判断にお任せします。

*その他の予防接種について1歳になったお子さんは、麻しん・風疹（MR）、水疱瘡、ムンプス（おたふくかぜ）等の予防接種をうけられるようお願いします。その他の年齢のお子さんも、接種漏れは無いかな親子手帳の確認をお願いします。

3. 持参のお薬について

園では病院で処方されたお薬を投与したり、塗り薬を塗ったりする事はできますが、市販薬は対応しかねますのでご協力をお願いします。お薬は1回分を分けて持参し、薬剤情報の用紙を持参し、薬剤投与依頼用紙の記入をお願いします。

4. 秋冬のスキンケアについて

秋冬の空気は乾燥しています。そのせいで乾燥した皮膚を掻いたり、掻きすぎてジクジクした肌のお子さんが増えてきました。（必要時は皮膚科受診を）

- ① たっぷりの保湿…お風呂上りの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る事ができ効果的です。
- ② 清潔に保つ。感染対策にもなります。
- ③ 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、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刺激になり、痒みのもとになります。
- ④ 爪のお手入れ…爪が伸びている子が多いです。掻く時に皮膚を傷つけてしまいます。遊びの中で友達を引っ掻いて傷つける事もあります。必ず切るようお願いします。手だけでなく足の爪の爪きりもお願いします。