



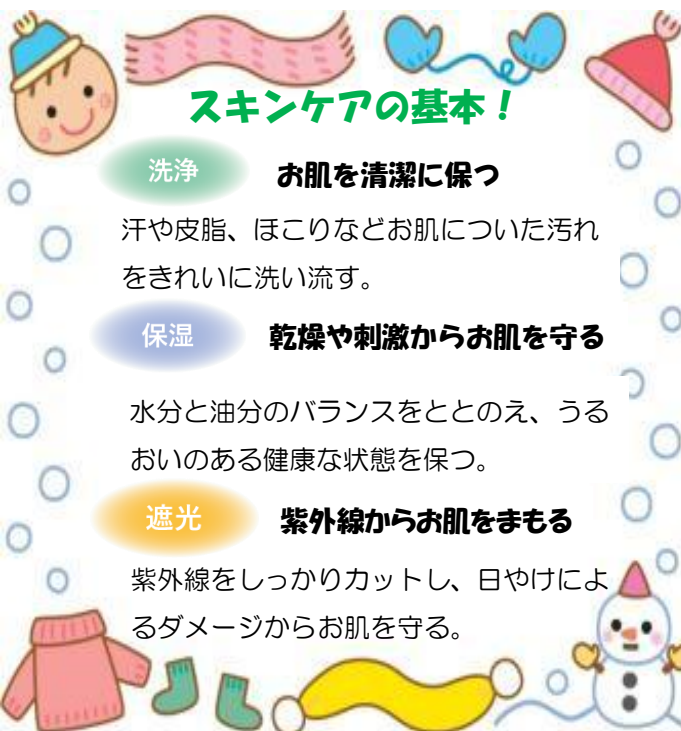
ほけんだより

2026年2月号
ニチキッズまつなわ西
保育園

今年の立春は2月4日です。春の始まりの日ですね。まだ寒さの厳しい日が続きますが、もうすぐそこに春がやってきています。今年は年明けも、暖かい日が多く、寒さに体が慣れていないので、湯冷めに気をつけて早寝で睡眠をたっぷりとり、免疫を落とさないようにしましょう。

◆ロタウイルス◆

冬から春先に大流行する感染性胃腸炎で、激しい嘔吐、白くて水っぽい下痢などの症状が出ます。水分をとりたがらない、おしっこの量が少ない、または半日以上出ていない、目の周りがくぼんでいるなどの症状が出た場合は、すぐに医師にかかりましょう。おもちゃの消毒や、おむつ替えの後の手洗いも、感染予防に効果的です。また、予防のためのワクチンもありますが、接種年齢に制限があるので注意してください。



スキンケアの基本!

洗浄

お肌を清潔に保つ

汗や皮脂、ほこりなどお肌についた汚れをきれいに洗い流す。

保湿

乾燥や刺激からお肌を守る

水分と油分のバランスをととのえ、うるおいのある健康な状態を保つ。

遮光

紫外線からお肌をまもる

紫外線をしっかりカットし、日やけによるダメージからお肌を守る。

冬のあせも・とびひ

冬でもあせもになる?

汗をたくさんかいてそのまま放っておくと、汗の通る管に汗がたまってあせもができます。あせもは、汗をかく夏になるものというイメージが強いかもしれませんが、新陳代謝のよい赤ちゃんや子どもは冬でもあせもになりやすいので注意が必要です。



冬にあせもになる原因

冬場はエアコンで室内を温めたり、赤ちゃんに寒い思いをさせないように厚着をさせる事が多いかもしれませんが、赤ちゃんは、大人よりも汗っかきなので厚着をしている上に室内温度が高めだとママやパパが気づかないうちに汗だくになっていてあせもができることがあります。

発熱時の登園について

感染症法では、37.5度以上を発熱と定義しています。乳幼児は高熱となりやすく体調変化も起こしやすいことから、現時点では発熱の目安を37.5度とし対応してまいります。

1. 登園前の体温測定において37.5度以上の発熱がある場合は登園をお控えください。
2. 登園後に37.5度以上の発熱がある場合は保護者の方へご連絡させていただきますので、お迎えのご協力をお願い致します。
3. 感染症の場合は、保育園指定用紙の登園届及び意見書のご提出をお願いします。

