



HELLOWみどり 謹賀新年



病児保育室みどりは、

お子さんが風邪などの病気にかかり、保育園や幼稚園に通えない時に、お預かりする施設です。

★ 新型コロナウイルスオミクロン株の市中感染がでています。ご利用希望の方は、めざわこどもクリニックホームページ「病児保育室みどり」の受け入れ対応を参照してください。

先月の病児保育室利用者について(2021.12)

利用者数	病名	認可等	ナーサリー等	その他	キャンセル数
13	急性咽頭炎・嘔吐症・ウイルス性胃腸炎・急性気管支炎・手足口病	13	0	0	15

こどもの乾燥肌のケアについて

部屋をエアコンで温め過ぎると空気が乾燥し、具合の悪くなる子や痒みが出る子が出てきます。

設定温度は、20℃前後を目安に加湿器などで湿度40～60%を保ちましょう。

また、1時間に1回は、窓を開けて換気を行いましょう。

冬本番、どうしても乾燥肌になりがちです。そこで、今回は保湿剤について調べました。

保湿剤の種類

皮膚表面を保護するタイプ（ワセリンなど）

皮膚

皮膚にうるおいを与えるタイプ
（セラミド、ヘパリン類似物質、尿素、ヒアルロン酸など）

	肌表面を保護するタイプ	肌にうるおいを与えるタイプ
はたらき	肌の表面に油脂性の膜を作り、水分の蒸発を防ぐ	肌に直接うるおいを与え、高い保湿効果を発揮する
主な成分	ワセリンなど	セラミド、ヘパリン類似物質、尿素、ヒアルロン酸、スクワランなど
特徴	べたつきが、保護力が高い	べたつきが少なく、のびが良い

スキンケアは、洗い方と保湿が大切です

★ 洗い方のポイント

- ① ふわふわの泡で洗う
- ② ゴシゴシ擦らずやさしく手のひらで洗う
- ③ 肘やひざ、首のしわをしっかりと伸ばして洗う



★ 保湿のポイント

① 顔

- ・ 顔に保湿剤を点在させ円を描くように優しく塗りましょう。
- ・ 小鼻のわき、耳の後も忘れずに塗りましょう。
- ・ 乾燥しやすい目と口の周りにも塗りましょう。

点在は
点状につけること

② からだ

- ・ からだ全体に保湿剤を点在させ、手のひらで優しくマッサージするように伸ばして塗りましょう。
- ・ 脇の下、首回り、足の付け根など皮膚を伸ばして塗りましょう。



③ 頭皮

- ・ 頭皮はローションタイプの保湿剤が、べとつかず使いやすいでしょう。
- ・ 髪の毛を分けて指の腹を使って塗りましょう。

最近の感染症

ウイルス性胃腸炎：流行中
ウイルス性咽頭炎（かぜ）：流行中
手足口病：保育園等で散発しています

www.kowakai-nakamura.jp引用



pixta.jp - 64357383

**感染症予防のため、手洗い、うがいを
きちんとしマスクも忘れないように
心がけましょう。**

