



冬の本格的な寒さがやってまいりました。寒くなると新型コロナウイルス感染症に加え、様々な感染症が流行します。また、年末年始はなにかと忙しくなり、子どもたちにとっては、クリスマスにお正月休みと、お楽しみがいっぱいの月ですが、体調不良になりやすい時期です。お子様の体調も考慮しながら無理のない計画を立てて楽しい休暇をお過ごしください。



冬のスキンケア

暖房の影響などで、一気に乾燥するこの時期、子どもの皮膚は大人に比べて薄いため乾燥しやすく、刺激や摩擦による抵抗力も弱いため、とても傷つきやすくなります。肌が乾燥すると痒みが生じ、皮膚を掻いてしまうことで、皮膚にたくさんの傷がついてしまったということもあるかと思います。スキンケアのポイントを記載いたしますので、参考にしてみてください。



体を洗う

- お湯の温度は38度が目安です。
- 石鹸をよく泡立て、たっぷりの泡で洗いましょう。
- できるだけ香料や合成添加物が少ないものを選びましょう。
- 関節はしわを伸ばして洗いましょう。
- 指の腹で優しく洗いましょう。
- 耳の裏やおしりの汚れも丁寧に洗いましょう。
- よく洗い流しましょう。



保湿

- 保湿のタイミングは
 - ①お風呂上り（水気をふいて 15 分以内）
 - ②おむつ替えのとき
 - ③着替えのとき
 - ④ミルクや食事のあとなどが理想です。
- 乾燥している部分だけではなく、全身に塗りましょう。
- 首、耳のうら、わきは塗り忘れがちです。
- お腹や背中など広範囲は手のひらでぬりましょう。
- 保湿剤の塗る量（目安）はティッシュが皮膚に付く、または皮膚がテカる程度です。



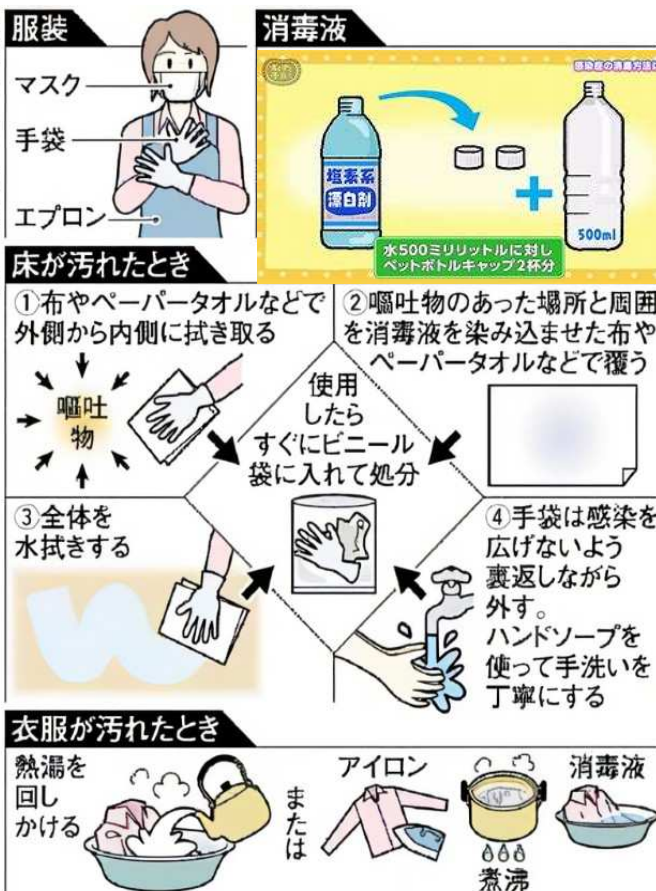
感染性胃腸炎による嘔吐・下痢に注意！

感染性胃腸炎が流行してます。この時期、感染症による嘔吐下痢には特に気をつけなければなりません。嘔吐がおさまっても、便からは約1カ月位菌の排出があります。おむつ替えや、トイレ使用時は手洗いをしっかりしましょう。

家庭での留意点

- 嘔吐の強い場合は、絶食して水分を少量ずつ与えます。
- 下痢がひどい時期には、乳幼児用のイオン飲料などを与えます。
- 感染した場合、便や嘔吐物に多量のウイルスが含まれているので、便や嘔吐物の処理には使い捨てのマスク、手袋、エプロンを着用。
- 嘔吐物は外側から内側に向かって拭き取り、嘔吐した場所は消毒液で消毒。
- 嘔吐を処理したあとは、使い捨てのエプロン、マスク、袋雑巾、ペーパータオル等をビニール袋に密封して捨てます。
- 登園の基準は、嘔吐・下痢の症状が治まり、普段の食事がとれ、感染の恐れが無く、かつ主治医が登園して差し支えないと認めた時からです。**

嘔吐物の処理方法



発熱を確認したら早めの対応を！

発熱される子どもが増えています。今年は、新型コロナウイルス、インフルエンザの同時流行も懸念されています。発熱が確認されたら、速やかに医療機関の受診をお願い致します。以下は、冬に流行する主な感染症の登園基準です。いずれも「感染症届」の提出が必要です。

新型コロナ出席停止期間

発症日を0日とし7日間。
濃厚接触者は、最終接触日より5日間。

インフルエンザ出席停止期間

発症日を0日とし5日間。
かつ解熱後3日を経過するまで。

RSウイルス登園基準

呼吸症状が消失し、全身症状が良いこと。

溶連菌感染症登園基準

抗菌薬内服後24～48時間経過していること。

コロナウイルス感染症に関する様々な規制が緩和されています。年末年始に旅行や帰省の計画を立てているご家庭も多いと思います。ぜひ、引き続き感染対策を徹底したうえで、思い出に残る楽しい冬休みを過ごしてください。年末年始は、ほとんどの病院が休診となります。お子さまの急な発熱やけがに備えて事前にかかりつけ医の診療日や時間 当番医を確認しておきましょう。帰省する場合は帰省先の救急病院の情報も把握しておきましょう。

