

氷川保育園・子育て通信

あけましておめでとうございます

今月のテーマ 冬のスキンケア

最近は何に比べて、子どもの肌トラブルが増えています。夏は冷房で涼しく、冬は暖房で日差しが快適な環境で過ごすため、体温調節がうまくいかないことも、皮膚の乾燥や肌あれの原因のひとつです。そこで…

① 体を動かして代謝を高める

運動すると体の内側から熱が生まれ、活動的なあそびを取り入れ、新陳代謝を

高めましょう

② 手洗いの後はしっかり拭く

ぬれたまま放置すると、指と指のあいだに、湿気が出来やすくなり、血行不良を起こして、しもやけになりやすくなるので、水分を残さず、しっかり拭きましょう

③ 「適着」で体温調節を促す

子どもの様子に注意して、状況に応じて服を脱がせたり、着せにしましょう

④ 湿度は50～60%を目安に

暖房などで乾燥しないよう、加湿器も利用して湿度を調整しましょう

～肌荒れのひどい時は、衣類の素材などにも気を付けたり、皮膚科に受診し処方された薬をアクリンと、かゆみで遊びに集中できなくなったり、フズフズの状態にならないようにしてあげましょう～



《地域に向けてのとりくみ》

☆子育て相談の日

日時：平成27年1月14日（水）午前9時30分～午後2時30分

場所：氷川保育園2Fすこやかルーム

・子育てについて聞いてみたい事がありましたらご遠慮なく連絡して下さい。

☆ウエルカムランチのお誘い

平成27年1月21日（水）AM11:30～12:30

・町内にお住まいで、50歳以上の皆さま、園児と一緒に昼食を食べて見ませんか。

・申し込みは、奥多摩町保健福祉課及び氷川保育園まで連絡下さい。

※子育てに関してわからないことや聞いてみたい事がありましたらご連絡下さい。

発行 氷川保育園 0428-83-2266

e-mail: hikawa@futabakai.or.jp

