



# ほけんだより 1月号

2022年1月4日  
昭和ナースリー  
看護師



## 知っておこう！冬のスキンケア

冬は空気が乾燥し、皮膚がカサカサと荒れ、かゆみが出ることがあります。ナースリーでも日常にお子様の皮膚の状態に気を配ってまいります。ご家庭でも保湿ケアなど実践してみてください！

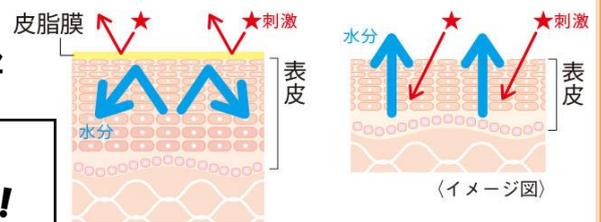
### 子どものお肌はとっても未熟で、1年中カサカサ状態！？

#### 子どものお肌の特徴

- ☑皮膚が薄い（大人の半分程度の薄さ）
  - ☑角層の水分保持能力が低い
  - ☑皮脂の分泌量が少ない
- 「バリア機能」が不完全

#### 大人の肌

#### 乳幼児の肌



### 無防備な子どものお肌は、保湿ケアで守ってあげましょう！

未熟でカサカサな子どもの肌。乾燥、紫外線、バイ菌などに一気にさらされ、放っておくとすぐに肌荒れを起こしてしまいます。「たかが肌荒れ」と思われるかもしれませんが、乾燥して荒れた肌は、異物が入り込みやすいスカスカの状態。そこからアレルギーの原因となる物質が入り込むことが、アトピー性皮膚炎や食物アレルギーの一因とされています。

また、肌の基盤がつくられるまでに肌トラブルを繰り返すと、一生肌トラブルを起こしやすい肌に育ってしまいます。子どもの肌は、表皮が形成される3歳頃までは、毎日のスキンケアで肌を守り育ててあげることがとても重要です。

我が家では【3歳までの肌は一生モノ】と考えて、お風呂上がりの保湿ケアはほぼ毎日してきましたが、たまに私が面倒臭くて塗らないしていると「ママ、クリーム塗るの忘れちゃってるよ？」と催促してきます( ^ω^ ) 類などの乾燥しやすい部位やすでに乾燥している部分には、『市販の保湿ローション→ワセリン』の順で2種類のクリームを塗って対応しています！

#### ヒルドイド（ヘパリン類似物質）

##### お肌の「保湿」=保湿剤

皮膚に水分を補い、皮膚の角質層で水分を保つ。肌の血行を促進させることで肌の水分の循環や供給を増やす効果をもつ。

#### ワセリン（フロペトなど）

##### お肌の「保護」=保護剤

皮膚の表面に油分で膜をつくることで、肌の水分が蒸発するのを防ぎ、外部の刺激から肌を保護する。



### 搬送の8割は「停車中」の事故 増える電動アシスト自転車の転倒に注意！

東京都消防庁の7年間（2011～2017）の救急搬送データでは、幼児が同乗していた自転車事故 1221 人分のうち、停車中の事故が8割を占め、保護者が子どもや自転車から離れたり目を離した時の受傷が約半数を占めています。自転車は転倒する可能性が高いと考えて、子どもには必ずヘルメットをかぶらせてから自転車に乗せることが大切です。乗せた後は、シートベルトをしっかり締め、目を離さないようにしましょう。



私も後ろ乗せタイプの電動自転車を使っていますが、雨の日に走行中、濡れた点字ブロックでスリップし、子供を乗せたまま転倒したことがあります。子どもが乗った倒れた自転車を1人で起こすのがとても大変で、とても怖い思いをしました...

### 昭和ナースリー12月の感染症報告

- ウイルス性胃腸炎 計7名
  - ひよこ組 3名
  - うさぎ組 3名
  - くま組 1名
- 溶連菌感染症 1名（くま組）

ひよこ組では、目やに・目の周りの発赤などの結膜炎の子が複数いましたが、いずれも感染の恐れのある「流行性結膜炎」の診断ではありませんでした。