

病児・病後児保育室きしゃぼっぼ便り

2024年7月号

だんだんと暑い日が増えていき、夏の訪れを感じるこの頃。この時期は体力や食欲が落ちたり、睡眠時間が不十分だったりして夏バテしやすい時期です。生活のリズムを整えながら、この夏も元気に乗り越えていきましょう。



6月の利用状況

【年齢】	1歳未満	11%	【疾患名】	感冒	11%
	1歳	27%		気管支炎	20%
	2歳	23%		喘息様気管支炎	2%
	3歳	11%		感染性胃腸炎	2%
	4歳	13%		溶連菌感染症	5%
	5歳	7%		咽頭結膜熱	11%
	6歳	4%		急性上気道炎	9%
	7歳	2%		RSウイルス、	
	11歳	2%		ヒトメタ	9%
				その他	31%



お知らせ

- ☆利用には事前登録が必要です。登録の際には、事前に電話での予約をお願いします。
- ☆利用当日にキャンセルされる場合は朝7:30までにキャンセル対応電話（0250-25-7090）にご連絡ください。
- ☆入室・退室時間や送迎の方が変更になる場合は、ご連絡をお願いします。

たくさん汗をかく夏こそ、スキンケア！

汗は体温を調節する働きをもっており、体にとって必要なものですが含まれているのは水分だけではありません。

汗に含まれている塩分やアンモニアが析出し、皮膚への刺激(チクチクやピリピリ)になります。汗をかいたらそのままにせず、皮膚の清潔を保ちましょう。

スキンケア 1 ～汗はこまめにふきましょう～

汗は水やお湯でしぼったタオルでふいてあげましょう。シャワーで汗を流すことが一番ですが、何度も行うと皮脂がとれてしまいます。シャワーのタイミングは、汗まみれホコリまみれのときに行ってあげるとよいです。



スキンケア 2 ～保湿剤で肌を守りましょう～

保湿剤は肌のバリア機能を回復させることが目的です。また、保湿剤は汗をふきとってから使用すると効果的です。皮膚を強くするために、保湿剤をしっかり使うことが大切です。



☆体を洗うときは、ぬるめのお湯で、石けんをよく泡立ててから、強くこすらず包み込むようにやさしく洗いましょう。

肌ケア、ポイント！！

☆皮膚を傷つけないためにも、つめは短く切りましょう。角はやすりで丸くしてあげましょう。



新潟市病児・病後児保育事業
 下越病院併設 病児保育室きしゃぼっぼ
 〒956-0814
 新潟市秋葉区東金沢町1459-6
 Tel 0250-23-5170
 (受付時間 7:45~18:15 土日祝日休み)