



保健だより げんきっこ

No. 335

令和元年8月1日発行
ことぶき保育園



☆今月のテーマは「皮膚を清潔にしよう」です！

【皮膚について】

・子どもの皮膚の特徴

子どもの皮膚は薄く、皮膚の厚さは体の部位によって異なりますが、生まれたばかりの赤ちゃんの皮膚の厚さは大人の約1/2といわれています。そのため様々な刺激を受けやすくとっても敏感です。

皮膚のトラブル

剥離刺激、便の付着、アルカリ尿の付着、粘着剤などのアレルギー感染、スマートからの出血。



対策

常に清潔を保ち、汗をかいたり、汚れが目立つ時は、できるだけ早めに着替えをしよう！そして手洗いもしっかりし常に清潔な状態で・・・★



☆正しい手洗いについて☆



バイ菌・ウイルスから体を守るために「大切な手洗い」の習慣。でも過剰な手洗いは「バイ菌バリア」の機能低下の原因をつくってしまうこともあります。正しい方法を身につけましょう。

てあらい 8つのステップ

- 1 てにおいてぬらす (Illustration: Water droplet on hand)
- 2 てのひらフクフク (Illustration: Rubbing palms together)
- 3 てのこうモミモミ (Illustration: Rubbing back of hand)
- 4 ゆびのあいだモミモミ (Illustration: Rubbing between fingers)
- 5 おやゆびクルクル (Illustration: Rubbing thumb)
- 6 てくびクルクル (Illustration: Rubbing wrist)
- 7 みずでながす (Illustration: Rinsing hands with water)
- 8 ピカピカキレイ! (Illustration: Shiny clean hands)

Additional text: オレさまをちっつけられるかな? (Illustration: Cat face), ぎゃー!ぬれる! (Illustration: Water droplet), ちめてー! (Illustration: Soap foam), バイキンばいばーい!! (Illustration: Cat face).