



新年あけましておめでとうございます。今年も子ども達や保護者の皆様にとって笑顔あふれる素敵な1年になりますように！！

本年もどうぞよろしくお願ひいたします。寒い季節は、皮膚がかさかさとして荒れてかゆみが出ることがあります。空気が乾燥して汗をかきにくくなるため、皮膚の保湿力が低下しているのです。皮膚のうるおいを逃さないように、加湿や保湿剤などを使ってスキンケアを心がけ、乾燥からお肌を守りましょう。

アトピー性皮膚炎

アトピー性皮膚炎は、乳幼児の顔や胸のところにかゆみを伴った湿疹が見られ、その後全身に広がります。よくなったり、悪くなったりを繰り返すのが特徴です。原因は、1.アレルギー性の体質(アトピー素因)があること、2.皮膚のバリア機能が低下し、乾燥しやすく、刺激に弱い皮膚であることです。

肌を守るポイントは3つ！

Point1

スキンケア

皮膚を清潔にして、保湿剤で皮膚のうるおいとバリア機能を守ります。



Point2

刺激を取り除く

掃除や換気で、身の回りのほこりやカビなど、アレルゲンとなり炎症を悪化させるものを取り除きます。



Point3

塗り薬による治療

炎症がひどいときは、ステロイドの塗り薬を使います。



アレルギーとは限らない じんましん

どんな症状？

皮膚が赤く盛り上がり、かゆみが出ます。形はまちまちで、次第にくっついて大きくなることも。



原因不明のことが多い

じんましんは食物アレルギーが原因と思われがちですが、風邪をひいて体調が悪いとき、疲れているとき、気温が急に下がったときなどに出ることがほとんどです。

じんましんが出る場所や、治まるまでの時間、かゆみの程度はまちまちで、いったん治まっても繰り返すことがあります。

軽ければ様子を見て

治療をしなくても、自然に治まることがほとんどです。じんましんがある範囲がせまく、かゆみがそれほど強くなければ様子を見ましょう。

ひどいときはかかりつけ医へ

ひどくかゆがる、範囲が広い、なかなか治まらないときは、かかりつけの小児科を受診しましょう。

冬のスキンケア(子どもの皮膚の特徴)

①皮膚が薄い(大人の半分程度の薄さ)②角層の水分保持能力が低い③皮脂の分泌量が少ない→バリア機能が不完全

乾燥して荒れた肌は、異物が入りやすいのでアレルギーの原因(アレルゲン)が入り込む事が、アトピー性皮膚炎や食物アレルギーの一因と言われています。子どもの肌は、表皮が形成される3歳頃まではできれば毎日のスキンケアで肌を守り育ててあげる事がとても大切です。皮膚トラブルがあればかかりつけの病院に受診しましょう。

①ワセリンやプロベト(お肌の保護剤)

皮膚表面に油分で膜をつくる事で、肌内部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。

②ヒルドイド(ヘパリン類似物質=お肌の保湿剤)

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。

当園における12月の感染者数

手足口病...9名

溶連菌...2名

インフルエンザ A 型...3名

胃腸炎...1名

コロナウイルス...3名

