

まけんだより 今和6年度 11 月発行 大府市保育園看護師















朝晩は冷え込みますが日中は陽が出ると汗ばむような寒暖差が気になる季節になりました。 これからやってくる本格的な冬に向けて、風邪に負けない丈夫な体づくりを心がけましょう。



B









なにを着せたらよいの? 寒い季節の幼児の衣服



A. 影響する。伸縮性のない素材や体の大きさ に合っていない服だと動きにくく、けがを することもあります。服がこどもの動きを 妨げることのないようにしましょう。



Q. こどもが感じる寒さが分からな い。なにを着せたらよい?

A. おなかや首元 (胴体) を触ってひ んやりしているか確かめる。暑 い時に調節できるよう、着脱し やすい服を着せましょう。

【服選びのポイント】

厚手の服一枚よりも薄手の服を重ね 着する方が、体温で温まった空気の層 ができ保温性が高まります。

秋から冬に多い皮膚トラブル

これからの季節に多くなる皮膚トラブルをまとめました。寒くて乾燥する季節だから しかたないとあきらめず、根気強いケアを心がけ健康な皮膚を養いましょう。

しもやけ	寒さによる血行障害が原因。	患部を温めながら優しく
	手や足、耳にできやすい。	マッサージする。
低温やけど	湯たんぽや使い捨てカイロな	流水で冷やして病院へ。
	どの長時間接触により起こる	
	皮膚障害。	
皮脂欠乏性	皮膚のバリア機能が損なわれ	保湿剤を塗り、症状に合わ
湿疹	ガサガサに。痒みや痛みが伴	せて投薬する。
	うことも。	

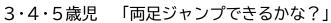


『こどもの体力向上を目指して』

☆なわとびで遊ぼう☆

0・1・2歳児 「とべるかな?」

大人がなわを波やヘビのように動かしてこどもが、またいだり 跳んだりしてみよう。



一人なわとび、長なわとびに挑戦してみよう。

長なわとびは高さ、速さをこどもに合わせて調整してあげると良いですね。

