



コロナ禍の中、賛否両論ありましたがスポーツの祭典2020東京オリンピック、パラリンピックが開かれましたね。アスリート達のこの日に向けての努力、鍛錬はメダルを超えて光り輝いて感動の連続でした。ただ、その余韻の中、集中豪雨による各地での浸水被害、土砂災害が発生しました。ここ「あじさい」も避難所になり、子ども達のつどいの場としての機能をその間停止しました。被災された方々へ心よりお見舞い申し上げますとともに、1日も早い復興をお祈り申し上げます。

子どもの健康と清潔の保持について 「汗」と「よだれ」

1 汗

あせもやかぶれの原因にもなる。肌の弱い乳幼児期には柔らかいガーゼで拭くのはもちろんですが、沐浴をさせましょう。首のしわ等、皮膚の重なっている部分は特に汗が多くたまり、蒸れてあせもができやすいところです。ですから、できるだけ肌が空気に触れるようにしてあげましょう。また、寝汗がひどいお子さんは、枕と首の間にガーゼかタオルを挟むとよいでしょう。そして湿ったら取り替えてあげてください。汗を拭いてあげるときはこすらずに、トントンと抑えるようにしましょう。



2 よだれ

よだれは、乳幼児の健康に必要不可欠なものです。そしてその量には個人差があり、2歳前に落ちつくお子さんもいれば3歳になっても出るお子さんもいます。よだれは口の中を清潔に保ち消化の働きを助ける役目があります。よだれが口から出るのは、よだれの量や口の周りの筋肉の未熟さなどが原因である場合がほとんどです。成長につれ自然と治りますので心配はありません。

屋内外での熱中症に注意しましょう

熱中症予防のために、**屋外**では日傘や帽子を使用したり、日陰に入ってこまめに休憩をとったりするようにしましょう。気温の高い日には、日中の外出はできるだけ控えることも大切です。また、**屋内**での熱中症にも注意が必要です。室温をこまめに確認しながら、扇風機やエアコンで温度を調節するなどして、屋内でも熱中症予防を心がけましょう。また、屋外、屋内にかかわらず、こまめに**水分や塩分を補給**することも重要です。

水分補給はお茶や冷ましたお湯がお勧めです。赤ちゃん用のイオン飲料なども市販されています。大人用のイオン飲料を与える時には、2倍程度に薄めて与えましょう。また、運動中や運動後など、一時的に大量に汗をかいたような場合には、電解質と糖分が含まれたスポーツドリンクがよいでしょう。



👶👦👧👨👩👪👶👦👧👨👩👪👶👦👧👨👩👪

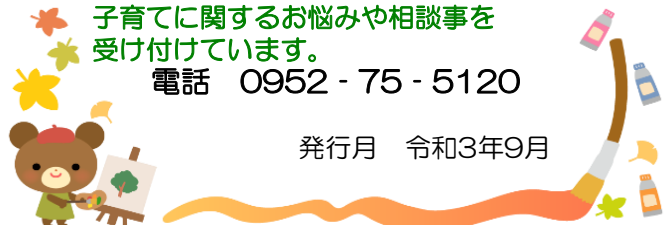
今年も**おゆずり会**を開催する予定です。
自宅では不要になった**子ども服、おもちゃ、ベビー用品**などがありましたら、利用者支援事業事務室まで、お持ちください。

詳細は別紙にてお知らせします。



【利用者支援事業】

子育てに関するお悩みや相談事を受け付けています。
電話 0952-75-5120



発行月 令和3年9月