



お元気ですか？看護師です

こちらは、区ホームページ「就学前のお役立ち情報」でご覧いただけます！



2月は、一年の中でも寒さが厳しい時期です。暦の上では春を迎えますが、気温が低く空気が乾燥した日が続き、まだまだ冬の感染症が流行しやすい時期です。インフルエンザも流行中です。引き続き、室内の加湿や空気の入替えと、石けんでのこまめな手洗いをを行い感染予防に努めましょう。



1 スキンケアで肌を守りましょう！

お子さんの肌の特徴に合わせ、特に空気が乾燥する冬期はスキンケアでデリケートな肌を健やかに保ってあげましょう。

＜ スキンケアのポイント ＞

- ・鼻の下や口の回りなど、顔の汚れは優しく拭きましょう。
- ・入浴後の保湿剤はタオルで優しく拭いた後、肌に湿り気があるうちに塗りましょう。



2 正しい手あらいで感染予防！

寒い時期ですが、石けんでの手洗いを一緒にを行い感染予防に努めましょう。



3 誤飲に注意しましょう！

直径約 4 cmより小さいもの、特に6～20 mmの大きさの物はのどに詰まらせやすいです。



寒い時期を
安全で健康的
に過ごす
4つの
ポイント！

4 やけどに気を付けましょう！

子どもは大人の行動に興味関心があり、よく見ています。そのため、手の届く範囲に熱源がある場合はとても危険です。68℃以上の温度1秒で重いやけどを負うことになります。汁や飲み物などの熱い液体ばかりでなく、生活の中にある熱源に十分注意をしましょう。

