



## 【夏のスキンケア】

夏は湿度が高く、汗でしっとりするため、肌が乾燥しにくい時期です。保湿ケアがおろそかになりがちですが、夏にしっかり保湿することが、冬の乾燥に負けない肌をつくると言われています。

### ① 夏こそ保湿をしましょう。

子どもの皮膚は大人よりも薄く敏感です。夏は、さっぱりとしたローションタイプの保湿剤などを使って良い状態をキープしましょう。

### ② お風呂で良く洗いましょう。

汗に含まれる塩分などが、皮膚への刺激になります。たくさん遊んで汗をいっぱいかいた後は、洗ってさっぱりしましょう。

※あせもがしやすい部分をチェック

- ・頭～うなじ、首
- ・背中や胸
- ・腰～おしり
- ・ひじの内側
- ・ひざの裏、太ももの内側 など



### ③ つめは短く切りましょう。

虫刺されなどをかきむしって皮膚を傷つけると、細菌が皮膚に感染して「とびひ」の原因となります。つめは短く切って角はやすりで丸くしましょう。1週間に1度はつめを見て、こまめに切ると良いですね。



## お知らせ

8月の0歳児健診は、8月20日（水）です。

### 【虫刺されのケア】

小さな子どもは、蚊に刺されてしばらく経ってから、驚くほど大きく腫れて水ぶくれができることもあります。かき傷にならないよう早めの手当てしましょう。

### 《ケアについて》

- ① 蚊に刺された箇所を石けんと水で洗い清潔に保ちましょう。蚊の唾液が酸性であるため、アルカリ性の石けんで洗うと中和され痒みが和らぐことがあります。
- ② 痒みが強いときは患部を冷やす、痒み止めを塗る（園ではムヒベビーを使用）などして、かき傷にならないようにしましょう。
- ③ 痒みが強い、腫れ・熱感があるなどの場合は皮膚科を受診しましょう。

※虫さされあとが「とびひ」にならないように注意しましょう。



### 《虫よけを使う場合は…》

使える年齢や回数をチェックしましょう。使い始めのときは、少しだけ塗ってみて皮膚に赤みや痒みが出ないことを確かめましょう。小さな子どもに使う場合は、ジェルやクリームなど肌に塗るタイプの方が安心です。

※園では、イカリジン配合製品を使用しています。

イカリジンは、肌への刺激が少ないため、比較的安心して使用できます。

