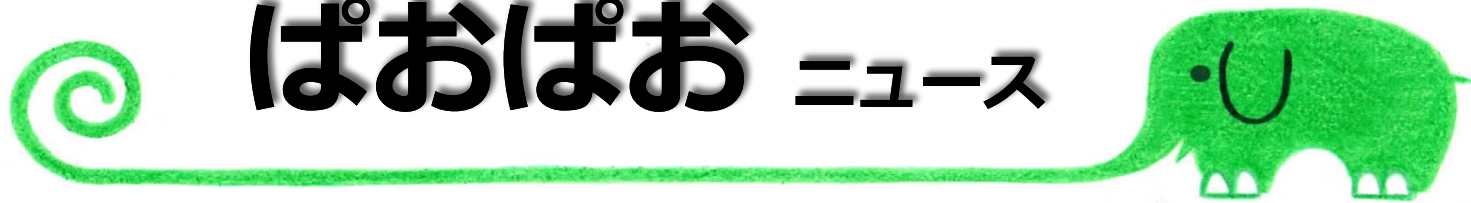


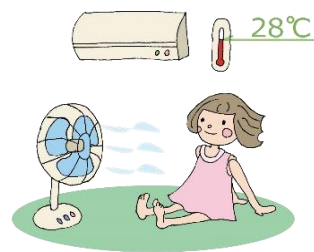
# ぱおぱお ニュース



## < 病気の豆知識 >

### 今月は… 『 あせも (汗疹) 』 です

汗の出口がふさがれて炎症がおこったもので、  
ひたいや首回り、胸、背中など、汗の出やすいところに多くみられます。



#### ① 汗をかきっぱなしにしない

- ・汗を吸いやすい肌着(木綿、ガーゼ)
- ・汗をかいたらまめに着替える
- ・裸でいるとかえってあせもがしやすい
- ・お風呂やシャワーで汗を流す

#### ② 涼しくする

- ・上手にエアコンを使う(冷やしすぎないように)
- ・扇風機を使う(遠くから微風で)
- ・頭にあせもが多い子はアイス枕を使う

#### ③ 薬を塗る

- ・処方された薬を指示通りに
- ・市販の薬を自己流で使わないこと!



かゆみがあることも多く、かきこわしてかぶれやとびひになってしまうことも…。  
どうしても掻いてしまう時は、冷やすのも効果的!  
保冷剤をミニタオルに包んで痒いところにあてると気持ちがいいですよ。



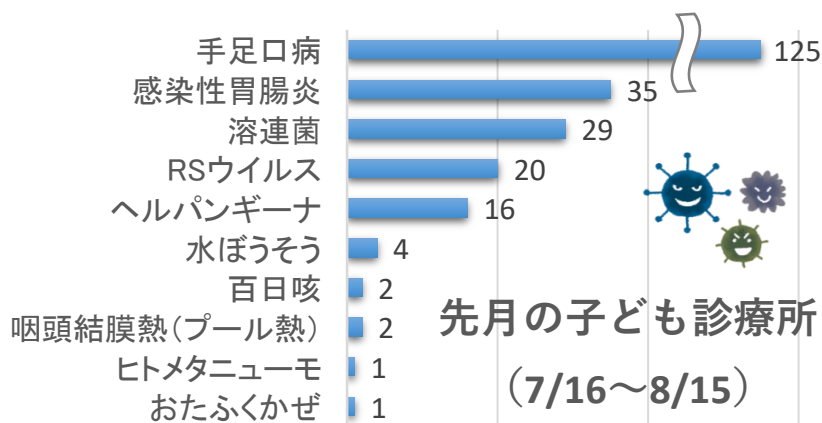
### < 汗をかくことも大切です! >

人間が体温を一定に保つことができるのは、汗腺の働きによるところが大きいといわれています。  
いつも快適な環境におかれると、体温調節をする必要がないので、汗腺が育たず、気温の変化についていけなくなってしまいます。

汗を出す「汗腺」の数は3歳ぐらゐまでに決定するといわれています。  
幼少期にしっかり汗をかくことで汗腺が発達し、体温調節機能を高めることができます。

生活にメリハリをつけて、なんでも“ほどほどに”が、大切です。

## < 感染症情報 >



#### 子ども診療所では…

- ・手足口病が大流行ですね。
- 8月に入り、ようやく少し落ち着いてきた感じがありますが、まだ出ています。

#### 病児保育室ぱおぱおでは…

- ・手足口病のお子さんが目立ちました。
- ・喘息性気管支炎でゼーゼーしていたり胃腸炎のお子さんもいらしています。

## < 台風について >



台風の発生、発達には大気の状態も影響していますが、もっとも大きく影響しているのが海水温です。台風は一年を通して発生していますが、海水温の高い夏～秋にかけて発生数が多くなります。

特徴として、夏台風はゆっくりと自転車並みの速度ですが、秋台風は動きが速いことが多く、車で走るくらいに相当します。また、秋になると偏西風の影響を受けやすくなるため、本州付近を進むスピードが速まります。秋雨前線と連動して大雨を降らせることも多くなります。



## < ちょっとここで豆知識！ >

台風の時には低気圧になります。低気圧になると空気が薄くなり自律神経が乱れるので、体にストレスがかかり体調不良になったり免疫力が下がってくるそうです。気管支が敏感な喘息持ちのお子さんは、その影響で咳や息苦しさがでて悪化してしまうこともありますね。



台風の発生頻度が増えるこれからの季節、気圧の低下でおこる不調を緩和してあげられるように、エアコンを上手に活用し、快適な温度、湿度に調整してあげましょう。また、腹式呼吸をすると酸素の供給も増え、自律神経が整ってくるそうです。一緒に深呼吸してストレスを減らしてあげられるといいですね。

## <スマイルコーナー> 病児保育室での心温まるエピソードなどをご紹介しますね。



### 『 はい、わかりました！ 』

初めて入室した3歳のYちゃん。朝はちょっぴり泣いていましたが、お部屋にあるキッチンセットに惹かれてすぐに泣き止み、おままごとで遊んでいました。保育室の電話がなり保育士が電話対応していると、携帯のおもちゃを手に取り保育士の言葉に合わせて「はい、はい、わかりました！」とまるで通話しているかのように話し始めたYちゃん。

その姿が可愛らしすぎて、電話の受け答えがたじたじになってしまうほど、Yちゃんの愛くるしさと演技力に恐れ入った保育士でした（笑）（N）



## 保育室のご利用には 事前の登録が必要です！

新規ご登録は随時行っております。まずはお気軽にお電話を♪

お問い合わせ 病児保育室ぱおぱお（月～金 8:30～17:30）

TEL 042-521-2777

