



守山区エリア支援保育所だより

令和6年5月 第2号



桜の季節も過ぎ、空の色と桜の緑がきれいな季節になりました。今月は、お子さんの肌をトラブルから守り、すこやかに過ごすためのスキンケアのコツや、よくある肌トラブルについてお伝えします。

子どもの肌はうるおいが少なく、一年中乾燥しやすい状態です。そのため、生まれてすぐからスキンケアが必要です。スキンケアの基本は「やさしく清潔に洗う」と「きちんと保湿」。清潔と保湿を心がけましょう。

やさしく清潔に洗う

皮膚をきれいにする一番の機会はお風呂です。赤ちゃんは汗をかきやすいので毎日入浴しましょう。石けんは手のひらでよく泡立てて、その泡で優しく洗います。首すじ、わきの下、手足のくびれの部分など隠れている部分も洗い残しのないように洗います。石けんを使った後はよく洗い流します。皮膚に湿疹などがあり、かゆみのある時は温めすぎないように38~39度位のお湯を使います。お風呂から上がってタオルで拭くときはこすらずに、押さえるように水分をとりましょう。



きちんと保湿

入浴後や肌がカサカサしたときは、保湿剤を塗り、しっかりとさせることを心がけましょう。保湿剤は、塗ったあと、ティッシュが張り付くくらいたっぷり塗りましょう。また、お子さんの爪はきれいに切りそろえ清潔にして、肌への刺激を少なくしましょう。

お子さんに多い皮膚のトラブル

赤ちゃんの肌は、ちょっとした刺激で皮膚のトラブルにつながりやすいです。いつもと違うと感じたり、気になることがあったら、早めに病院へ相談しましょう。



<頭の黄色いカサブタ>

赤ちゃんの脂の分泌が盛んなために起こります。固くなっているときは、お風呂に入る前にベビーオイルなどを薄く塗り、石けんで洗い流しましょう。無理にとることは禁物です。

<あせも>

汗をかきやすい部分に赤い発疹がまばらに出来ます。通気性や吸湿性の良い服装にし、必要以上に厚着をさせないようにしましょう。汗をかいたらシャワーで流し、保湿ケアをしましょう。かゆみがあるときは病院を受診しましょう。

<よだれかぶれ>

よだれが荒れた肌を刺激し炎症を起こすために起こります。食事の前にワセリンやオイルを塗っておくのも予防に効果的です。食事後は、やさしく押さえるように拭くか、洗い流し、保湿ケアを行います。

<おむつかぶれ>

下痢が続いたときなどによくみられます。おむつかぶれになっている時や、なりかかっている時は、うんちのあとにできればお尻を洗い流します。押さえ拭きをした後、保湿をしましょう。赤くかぶれたら、病院を受診しましょう。

◆お問い合わせ・相談◆

【月~金曜日 9:00~17:00 (祝日年末年始を除く)】

守山保育園エリア支援保育所 TEL 791-5318

瀬古保育園エリア支援保育所 TEL 793-3707

小幡保育園エリア支援保育所 TEL 791-1323

大森保育園エリア支援保育所 TEL 798-2212

参考：赤ちゃんのスキンケア・住まい・食事のはなし
(名古屋市)

☆各保育所で、相談ができます。子育て情報も紹介しています。