



キッズケアルームだより

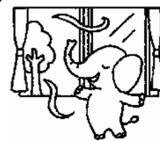
令和7年2月吉日



1月の利用状況

上気道炎	9名
気管支炎	3名
インフルエンザ A型	3名
アデノウイルス	2名
感染性胃腸炎	2名
その他	3名

冷たい風が頬をなで、まだまだ寒い日が続いています。雪が残っているところもありますが、天気の良い日は外で遊ぶ機会もあるのではないでしょうか。市内ではインフルエンザが流行中です。感染対策をしながら、元気に春を迎えましょう。



換気をしましょう



寒い冬でもお部屋の換気は必要です。窓を開けることで、湿気やにおい、ほこり、化学物質、花粉や菌など、さまざまなものを外に出せるからです。換気は短い時間で細かくするのが効果的です。ただし、せっかくの温かい空気が全部逃げてしまってもったいないので、断熱シートや厚手のカーテンなどで保温の工夫をしましょう。

しもやけ・あかぎれしっかりケアしましょう

【しもやけ】

●しもやけは寒さが原因

しもやけは、手足が冷えて血行が悪くなるために起こります。特に雪遊びなどで冷たくぬれた状態が長時間続いたときに起こりやすいようです。

●お湯で温める

しもやけの部分をめぬま湯につけて、血行をよくします。小さな子どもなら、そのまま入浴させてもよいでしょう。



【あかぎれ】

●あかぎれは乾燥が原因

空気が乾燥すると、皮膚の潤いも失われます。特に手は外気に触れやすく、手洗いで乾燥しがち。手の甲がガサガサしたり、ひどいときはひび割れができて出血します。

●ハンドクリームなどで保湿する

手を洗ったら、あかぎれの治療と予防をかねて、クリームで保湿します。あかぎれをこすると痛むので、優しく塗りましょう。



「まだ子どもの体調が万全じゃない…」

あと一日休めたら…

**病気やけがの急性期から回復期までのお子様
が心地よく過ごせるお手伝いをいたします**



キッズケアルームとようら ☎22-1121

※開室時間外は新発田リハビリテーション病院に転送されます。