



# 皮膚トラブルに気をつけましょう!



この季節は、汗をかきやすいことや外遊びなどで日光に当たることで皮膚トラブルを起こしやすいので気をつけましょう!今回は、子どもに多い皮膚トラブルをあげてみました。

## あせも



### 【症状】

頭のはえぎわ、首、わきの下、ひじの内側、背中、おむつや下着のゴムが当たる下腹部などの汗のたまりやすい部分にできます。炎症を起こした皮膚は、赤みやかゆみがあります。

### 【家庭でのケア】

子どもは汗っかきなので汗をかいたら、シャワーなどで洗い流します。洗い流せない場合は、冷たいタオルなどで拭き、着替えをしましょう。また、下着は汗を吸い取りやすい素材のものを選ぶのもいいですね。かきこわさないためにも爪は短く切っておきましょう。



## 日焼け



### 【症状】

強い日差しに当たって急に日焼けをすると皮膚がやけど状態になり、場合によっては熱が出る場合もあります。また、紫外線により皮膚が過敏な反応を起こし、日に当たる腕や顔などに赤みやかゆみを伴う湿疹がでることもあります。

### 【家庭でのケア】

冷たい氷やタオルなどで冷やしましょう。水疱ができた場合や赤みとかゆみを伴った時には、飲み薬や塗り薬が必要となる場合もあります。症状がある時は早めの受診をおすすめします。外出時は帽子をかぶることや朝、自宅で日焼け止めを塗るなどの対策が大切です。



## ◆雨の日のできる親子あそび◆

梅雨の時期でも工夫をして室内で楽しく遊びましょう♪

### \*ハンカチ取り



おとなが上からハンカチを飛ばします。地面に落ちるまでにキャッチします。

### \*ペダルこぎ

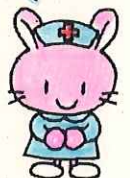


おとなと子どもの足の裏を合わせて、お互いに足を押ししたり、引いたりします。

## 《 7月の乳幼児健診・相談 》 会場:保健センター(TEL82-1111)

	6か月児健診 (H30.12月生)	1歳6か月児健診 (H29.12月生)	3歳児健診 (H28.6月生)	2歳児健康相談 (H29.6月生)
1~15日生	3日(水)	9日(火)	10日(水)	5日(金)
16~末日生	17日(水)	23日(火)	24日(水)	
受付時間	13:15~14:00		13:00~13:45	9:00~10:00

受診したら  
園にお知らせください。



※ 体調不良等で指定日に受けられない場合は、別の日や翌月の健診日に受けることができます。