



# ほけんだより

12月号



令和7年11月25日  
社会福祉法人 国立保育会  
練馬区立南大泉保育園  
看護師 瀧本美紀

もう12月、やっと12月…みなさまにとってはどのような1年でしたでしょうか。早いもので、今年も残すところ後1ヵ月となりました。寒さがまたいちだんと厳しくなり世間ではインフルエンザが大流行しておりますが、今年最後まで感染症に負けずに元気いっぱいにご過ごしていきましょう♪



## ～保湿のおはなし～



赤ちゃんの皮膚は大人の約半分の厚さで、成長と共に少しずつ大人と同じ厚さに近づき個人差はありますが12歳頃に大人と同じ厚さになります。皮膚が薄いと水分を保ったり、外から異物が入ってくるのを防ぐバリア機能が未熟で肌トラブルをおこしやすくなるためしっかり保湿ケアをしてあげる必要があります。乳幼児期に肌トラブルを繰り返すと、大人になっても肌トラブルを起こしやすくなると言われています。是非、日々のスキンケアを習慣づけることで丈夫な肌をつくり将来の肌トラブルを予防していきたいですね。



## 予防接種のおねがい

予防接種後は何らかの副反応が起こる可能性がありますので可能であれば、降園後やお休みの日に接種いただきますようご協力お願いします。やむを得ず、登園前に接種される際には最低でも接種後30分は経過を見て頂いてから登園いただきますようお願いいたします。

## 12月の健康関係予定

- 10日(月) 0・3歳児身体計測  
0歳児健診
- 11日(火) 1・4歳児身体計測
- 12日(水) 2・5歳児身体計測  
5歳児ほけん指導
- 18日(木) 3・4歳児合同ほけん指導



12月は手洗いについてのほけん指導をやりたいと思います♪

