



2月 すくすくだよ！

山田町地域子育て支援センター
(織笠保育園内)
0193-82-6099

すくすく広場

2月 6日(水) 中央コミュニティーセンター和室
時間 10:00~11:30

- ★あおむしさんになってあそぼ！
- ★育児講話：愛着関係をはぐくむために
講師：社会福祉法人 三心会 豊間根保育園 園長 菅原 恵子 先生

2月27日(水) 中央コミュニティーセンター和室
時間 10:00~11:30

- ★ひなまつり会
- ★製作：おひなさま製作
- ★お誕生会：2月生まれのお友だちをお祝いしましょう
写真入りお誕生カードをプレゼント



赤ちゃんランド

2月13日(水) 中央コミュニティーセンター和室
時間 10:00~11:30

- ★親子のふれあい遊び★赤ちゃんマッサージ★ママのストレッチ体操
- ★絵本の読み聞かせ ★赤ちゃん写真フレーム製作 他

出前ワイワイキッズ

2月8日(金)・20日(水)
中央コミュニティーセンター和室
時間 10:00~11:45

★ママたちの希望により、利用しやすい中央コミセンでワイワイキッズの出前です。支援センターのワイワイキッズ同様に親子の遊び場としてお待ちしております。

★冬の肌トラブル★

《寒さと乾燥が肌トラブルをまねく》

冬、気温が低下すると、空気に含まれる水分量が少なくなって空気が乾燥してきます。すると、肌から水分が奪われやすく、カサカサやかゆみをまねきます。

肌トラブルを防ぐためには、肌の潤いを守る「保湿」と、空気中の水分量を守る「加湿」に気を配らなくてはなりません。

外気にふれるところに多い

肌のカサカサ・かゆみ

子どもの皮膚は大人の皮膚に比べて薄く、バリア機能も弱いので、空気が乾燥する冬は、肌が乾燥してカサカサしたり、かゆくなるが増えます。肌の乾燥を放っておくと、皮膚が切れる「あかぎれ」を招いてしまいます。「ほおや手の甲などカサカサしている」「肌荒れの部分をかく回数が増えた」などの姿に気づいたら、保湿ケアに取り組みましょう。



足先に出ることが多い

しもやけ

しもやけは、寒さなどで手足の血管が収縮し、血流が悪くなるために起こります。冬のはじめに多く、普通、徐々に改善しますが、毎年くり返し発症しやすく、体質も関係すると考えられています。しもやけができた場合には、腫れた部分を軽くマッサージして血流を促します。皮膚がぬれているとしもやけになりやすいので、水分はすぐに拭き取りましょう。症状がひどい場合には受診をおすすめします。



冬に悪化しやすい

アトピー性皮膚炎

冬は、アトピー性皮膚炎が悪化しやすい季節。乾燥した空気が、アトピー性皮膚炎の特徴である「乾燥肌」を悪化させるためです。

適切なケアをしていないと、皮膚が乾燥して肌荒れがひどくなるとともに、かゆみが増してきます。「かゆみのためにぐっすり眠れない」「肌をかきすぎて血が出る」などのサインに注意しましょう。

