

# とおりゃんせ通信

NPO法人あかねの和 7月号  
令和4年7月10日発行



例年よりも早い梅雨明けとなりました。  
いつも検温や、マスクのご協力をありがとうございます。  
猛暑の中、マスクをつけて\*熱中症\*になっては大変です。  
ご本人の様子に合わせて、マスクをつけたり外したり臨機応変にしていきたいと思ひます。

学校の夏休みがもうすぐ始まりますが、お子様たちは体調を崩しやすい時期でもあります。  
発熱や咳などの症状のあるときには、無理をせず、ご自宅で様子を見ていただくようお願いいたします。

## 爪切り

爪が伸びていると、「虫刺され」を掻き壊したり、プール遊びでお友達を傷つけたりすることもございますので、こまめなチェックをお願いします。



## 皮膚

夏の強い日差しや、多量の汗をかく、虫刺され、湿疹・・・など皮膚のトラブルの多い時期です。皮膚は身体の表面を覆い細菌などの病原体や有害物質をからだの中に入れてないようにするバリア機能を果たしています。また、光や温度、痛みなどを感受するなど危険な情報から守ってくれる役割もあります。

皮膚の表面には皮膚をまもる皮脂膜があり、角質層の水分の蒸発を防いでいます。

## 避けてほしいこと

- ① 界面活性剤を含むボディークリームは、皮脂を取り去り肌のバリアを破壊します。あつ～～～いお湯で洗うとさらに皮脂が落ちやすくなります。
- ② ナイロン製のあかすりタオルなどで、強くこすって洗うのも必要以上に皮脂を落としてしまいます。



身体を洗うときは、界面活性剤を含まないボディークリーム、せっけんなどを手で泡立てて優しく洗いましょう。