

区立保育園看護師発 今月のテーマ

♡ 衣類の調節 ♡



暦の上では立冬を迎え、日ごとに寒さが深まる頃となりました。一日の寒暖差が大きい時期なので、気温に応じて衣服で調節ができるようにしましょう。

<どんな服を選んだら良いの？>

晴れた日の日中は、こどもたちは少し動いただけで汗をかいていることもあります。汗をよく吸い取る素材の肌着 + 長そでのシャツなどを着せると良いでしょう。

朝夕の肌寒いとき・雨で日が差さないとき・風の強いときなどは体感温度が下がります。天候やこどもの体調を見ながら、衣類で調節しましょう。

- 厚手のものを1枚着せるより、薄手のものを2枚着せる方が暖かいです。
- 長袖の衣類やベスト、長めの靴下などで、おなかやせなか・首・手首・足首がしっかり覆われていると暖かく感じます。

※ 厚着は動きが鈍くなり、ぶつかったり、転んだりして危険です。汗をかいたままにしていると、からだがかえるので着替えましょう。



月齢・年齢	こどもの特徴や年齢に応じた衣類について
新生児期 3か月頃まで	肌がデリケートなうえ、汗をかきやすいです。大人と同じか1枚多く着せます。肌着は、吸水性の良いものを選びます。
4か月頃から	寝返りを打つようになり動きが大きくなります。大人より1枚少なめを目安にします。
2歳頃から	自分でやりたいという気持ちが強くなります。自分で着替えやすい伸縮性のあるものがよいです。

からだに対して大きすぎる服や丈が短い服は、防寒にはなりません。からだにあったサイズか確認しましょう。

薄着の習慣をつけながら、秋から冬への気候の変化に慣れていきましょう。



大田区の感染症情報

アデノウイルスによる感染症が流行しています

- アデノウイルスを原因とする咽頭結膜熱（プール熱）や流行性角結膜炎などが増えています。
- 咽頭結膜熱については、10月に東京都より警報レベルに達したと報告があり、大田区でも保健所によると8月末から増えています。発熱や頭痛、目の充血、目やに、咽頭の炎症などの症状がみられます。
- アデノウイルスは感染力が強く、アルコール消毒は効きません。タオル等の共用は避け、石けんで丁寧に手を洗い感染を予防しましょう。

《10月1日から10月24日までの感染状況》



学校等欠席者・感染症情報システムを活用し区内4地域（大森、調布、蒲田、靴谷・羽田）の感染症流行状況と感染症に関する情報をお知らせしていきます。

地域	大森	調布	蒲田	靴谷 羽田
疾患名				
インフルエンザ	172	138	138	28
咽頭結膜熱（プール熱）	15	3	8	1
流行性角結膜炎	6	8	9	2
上記以外のウイルス感染症	10	0	28	6
手足口病	14	15	3	3