



2023年11月1日
ハレルヤ保育園

何を着せたらよいの？

寒い季節の幼児の衣服

11月1日（水曜日）
検尿 予備提出日です
（朝 9 時まで提出！）

衣服の役割や寒い季節には、どのような衣服がよいのかについて考えてみましょう。

幼児にとっての衣服の役割

幼児は体温調節が未発達で、体重当たりの体表面積が大きいために放熱しやすく、外気温の影響を大きく受けます。寒さに対する抵抗力は成人よりも弱いので、幼児にとって衣服による体温調節はとても重要です。幼児期後半になると、衣服を自分で着たり脱いだりすることに興味を持つため、暑さや寒さの状況に合わせて自分の感覚で着替えられるように、声をかけていきましょう。



寒い季節の厚着に注意！

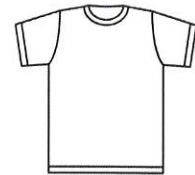
幼児は基礎代謝が成人より高いので、冬でも汗をかきます。汗をかいた後に体が冷えると、風邪をひく原因になります。

活発に動き回っている時の衣服は、成人よりも一枚少なくするとよいでしょう。汗をかいたら着替えましょう。



肌着を着ることの大切さ

肌着は、肌を清潔に保つ働きがあります。幼児は、よく汗をかき、皮脂や角質片がはがれた「あか」も多いので、肌着は、吸水性や吸湿性、通気性が高いものを選んで着せましょう。また、動きやすいように伸縮性があるものにします。



保護者の皆様へ

寒暖の差が大きくなり、咳や鼻水が出て風邪をひいたり体調を崩しやすい季節になってきました。冬は感染症やウイルス性の胃腸炎が流行します。乾燥と低い気温はウイルスが好む環境で、感染力が強まりやすくなります。体の水分が不足していることも免疫力の低下につながります。乾燥していると喉や鼻の粘膜が乾燥し、感染に対する防御反応が弱まってしまう。ウイルス性の胃腸炎では下痢や嘔吐で体内の水分が奪われるため、脱水症になるおそれがあります。インフルエンザは予防接種で感染を防止することができます。また感染しても重症化するのを防ぐ効果もあります。赤ちゃんなどの小さなお子様が予防接種を受けられないときは、周りにいる大人や家族が予防接種をすることで感染を予防することができます。また寝不足や体調が悪い時などは免疫力が低下して病気にかかりやすくなります。子どもだけでなく、家族みんなの体調管理に気をつけながら寒い冬を乗り切っていきましょう。

10月の感染症報告

ヒトメタニューモウイルス感染症

2名

