



# 多古病児保育所 おひさまルーム通信

令和4年 7月 第9号



今年是最短でまさかの梅雨明けです！まぶしい太陽の季節がやってきましたね。  
花壇やプランターの花たちは、雨や強い日差しにも負けず、風に揺れながら元気に育ってきました。  
体調を崩して気持ちの沈みがちな利用者の皆さんに、少しでも「元気のおすそわけ」が出来たらいいな  
と思っています。

先日の多古町あじさいウィークに、遠く離れた『青森県田子町』のみなさんが、多古病児保育所を視察されました。直接お目にかかっていませんが、「病院に併設され、小児科医師の回診もあって、利用される方は安心ですね」とのお言葉や大変さのお気遣いもいただけたそうです。

これからも保護者の皆さまに安心してお子さんを預けていただけますよう、精一杯のチームワークで関わっていきたくと思います。



田子町のみなさん  
お疲れ様です

## 【スマホと寄り目】について・・・

### 小児科 眞戸原先生コラム

子どもたちが大好きなスマートフォンやタブレット端末。育児に趣味に勉強に、現代ではすっかり欠かせないアイテムとなりましたね。スマホの画面に夢中な子どもたちの姿をたくさん目にするようになりました。

保護者のみなさんは、小さい頃に「目が悪くなるからテレビから離れて見なさい」と言われたことはありませんか？

子どもは夢中になると、ついつい近づいてものを見てしまいますが、テレビやゲームだけでなく、お勉強でも「近くを見る」作業は近視のリスクを高めます。

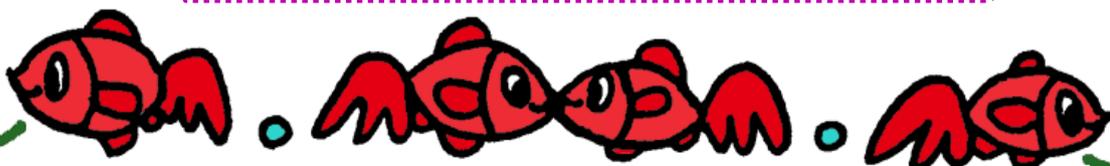
でも実は、近視が進行するのは小・中学生になってからです。

小学校に上がる前のお子さんでは、むしろ「寄り目（内斜視）」の原因になると言われています。近くのものを見る時、私たちの目は寄り目になってピントを合わせます。小さいうちは目の機能そのものが未熟なため、目を近づけてじっと見ていると寄り目が戻らなくなり、両目で上手にものを見ることができなくなってしまいます。ものが二重に見えたり、片目をつぶってものを見るようになったり、治療に手術が必要になることもあります。

デジタルデバイスを使うことは悪いことではありません。大事なのは「正しく使うこと」です。1日1時間以上の使用は要注意、画面から30センチは離れましょう。

長時間使用するときは、ときどき遠くを見て目を休ませてあげてくださいね。

小児科眞戸原医師は、7月からは別の病院勤務となります。  
せっかくみなさんと仲良くなったのにちょっと寂しいですね。



## ママ・パパに教えてあげたい

### 看護師からのワンポイントアドバイス!!

#### 赤ちゃんもお肌の手入れが必要なの？

赤ちゃんのお肌のイメージとして、いつもしっとり・ツルツルしていると思いませんか？  
実は、赤ちゃんは基本的に乾燥肌なんです！毎日のお手入れが大切です。

皮膚の大切な役割のひとつに、外部の刺激から体を保護する「バリア機能」があります。乾燥肌をそのままにしておくと、このバリア機能が低下して、アレルギーなどの病気の原因につながります。毎日石けんで体や手足を洗いすぎると、バリア機能を果たしている皮脂と一緒に落ちてしまいます。だから髪の毛（洗髪）と、オムツの中以外はなるべく石けんを使いすぎない方がよいでしょう。そして、日頃から入浴後の保湿がとても大切です。優しく包み込むようにバスタオルで水分を拭きとった後に、保湿剤を体全体に塗ってあげましょう。

軟膏なら大人の人差し指の第1関節部分の量で（約0.5g）大人の手の平2枚分の広さが塗る目安です。

これからの暑い時期にはさっぱりしたローションタイプの物を使うのもおすすめです。その時のお薬の量はローションであれば1円玉1個の大きさと同じ0.5gになります。

早速 今晚から始めてみませんか。毎日続けることが大切です。

最後に、夏は汗をかいたり、虫に刺されたり、日焼けをしたり外部からの刺激がとても多くなります。痒くて眠っている間に掻きむしったり、カサカサがひどくなった、ジクジクつゆが出てきた赤みが広がってきたという時には、小児科を受診してください。



体調がすぐれず、学校やこども園・保育園に行けないお子さんや、ご都合で家庭でのお子さんの保育ができない時は、多古病児保育所にご相談ください。

生後6ヶ月から小学校6年生までのお子さんをお預かりしています。小児科医師のもと、お子さんの体調に合わせて無理のない1日が過ごせるように、看護師・保育士が協力し合って保育いたします。

#### 【4月～6月の利用状況】

急性上気道炎・・・23名  
中耳炎・・・・・・・・2名  
クループ症候群・・・1名  
手足口病・・・・・・・・1名



#### 【利用登録手続きはお済みですか】

利用の希望日に、スムーズに保育ができるように事前登録をしておきましょう。

一度の登録で小学6年生まで有効です。

登録・・・多古町役場子育て支援課こども係へ

予約・利用申込みに関するお問合せ

多古病児保育所 ☎0479-74-3375

〒289-2241 千葉県香取郡多古町多古 388 番地 1