

保護者の皆様



2月 子育て情報誌 バナナだより



子どもにも増えています

花粉症の対策をしましょう

花粉症の季節がやってきました。2月～3月頃はスギ花粉が多く飛散します。スギ花粉にアレルギーのある場合は、早めの対策を行いましょう。鼻水が頻繁に出ている時には花粉症なのか、かぜなのかの判断がつきにくいかもしれません。違いについてもきちんと知っておきましょう。



かぜと花粉症の違いは？

チェックしてみよう

- 水っぽい鼻水が頻繁に出る
- くしゃみが何回も出る
- 目のかゆみや充血がある
- 顔などのかゆみがある
- 発熱はない



上記のような症状が見られる場合は花粉症を疑います。小児科や耳鼻科を受診しましょう。また、発熱がある場合には、かぜの合併が考えられるので、医師には、その旨を伝えましょう。また、黄色や緑色の鼻水が長い期間出る場合には、かぜの鼻炎から急性副鼻腔炎を経て慢性副鼻腔炎（蓄膿症）になっていることがありますので、注意しましょう。

★子育て広場★

2月14日（水） ベビーマッサージ
22日（木） 雛祭り製作

平成30年1月31日
社会福祉法人えどがわ
清新おひさま保育園



外出時



外に出る時には、帽子や花粉対策用のめがね、マスクをします。また、花粉のつきにくい素材のものを身につけるようにします。

洗濯物や布団



花粉が多く飛散する時期には、洗濯物や布団などを屋外に干さないようにしましょう。

外出後



帰宅したら、玄関に入る前に家の外で花粉をできる限り落とします。また洗顔や手洗い、うがいをを行います。

そうじ



部屋に花粉やほこりがたまらないように、こまめにそうじをするように心がけましょう

こまめに皮膚の保湿をしましょう！



今の季節は、暖房によって室内の空気も乾燥しがちです。子どもたちの皮膚はデリケートなため、カサカサしたり、かゆみが出たりします。ローションやワセリンなどで、こまめな保湿を心がけて、皮膚の乾燥を防ぎましょう。

こまめに

お風呂あがり

手洗いの後

着替えの時