



ハグルーム通信



令和7年8月
第56号



汗をたくさんかく季節になりました。今年は40℃近い気温も観測されると言われています。

ハグルームでも汗による皮膚トラブルも増えている印象です。そこで、今回は夏の皮膚トラブル予防についてお話しをしたいと思います。

夏の肌トラブル

蚊

に刺されたとき

大人が蚊に刺されるとすぐにはれ、じきに治まります。ところが、小さな子どもは、刺されてしばらくたってから、びっくりするほど大きくはれて水ぶくれができることもあります。かき壊さないよう、早めに手当てしましょう。

ケアは

- ① 刺されたところを水で洗い流します。



- ② かゆみ止めを塗ったり、ぬらしたタオルやハンカチで包んだ保冷剤などを当てたりして、かゆみをやわらげます。



あせも

ができたとき

汗を分泌するところに、汗やほこりなどがつまって炎症が起こった状態です。汗をかきやすい部位に赤い小さなポツポツがたくさんできて、かゆくなります。

ケアは

シャワーなどで汗をよく洗い流します。外出先などでは、汗の成分が皮膚に残らないよう、ぬらしたタオルで汗をふき取りましょう。



予防は

汗をよく吸い取る綿の肌着やシャツを着せましょう。

とびひ

ができたとき

皮膚をかきむしって傷ができたところに、細菌が感染して、ジクジクした湿しん（とびひ）ができます。とびひは感染力が強いうえに、ひどくかゆいため、かいた手で体のほかの部分に触ると、そこにも湿しんが広がります。

ケアは

シャワーを浴び、皮膚の清潔を保ちます。かき壊して広がる、周りに感染するのを防ぐためにガーゼなどで保護することがあります。

肌トラブルを防ぐために

- 皮膚を傷つけないように**つめを短く切る**
- かゆみをやわらげるように**冷やす、かゆみ止めを塗る**
- 治りが遅い、広がった、湿しんが変化したときは、**小児科や皮膚科を受診**

治療は

抗菌薬の塗り薬を使います。よくならないときは抗菌薬の内服をします。

お外遊びの楽しみが増えました！

秋から始めたバルコニーでのお外遊び。玩具や植物が増えて、様々な遊びを楽しめるようになりました。子どもたちの笑顔がいっぱいです！

【砂遊び】



すっごい
大盛り♪

ジョウロの中の砂を何度も出し入れ。
流れるような砂の動きに夢中でした！



～宝探し～

海の生物の型を砂に埋めて宝探しがスタート！
見つけると大きな声で報告して保育者やお友だちと楽しさを共有していました。



じゃーん！！
カニ！

【お花と野菜を植えました！】



～種まき～

お花の種は子どもたちが蒔きました。「これがタネ？」と不思議そうに種を見つめ、そっと慎重に土にかけてくれました。



～水やり～

お花が大好きだというMちゃん。ハグルームに来た日には、毎回嬉しそうに水やりをしてくれました！

【自然遊び】



～色水遊び～

落ちてしまったお花を水に入れてよく揉むと色水が完成！「ピンクになった！」などと色の変化を楽しんでいました！



～野菜スタンプ～

大きくなった野菜を子どもと一緒に収穫♪カットしたヘタ部分でスタンプ遊びをしました。面白い形をした断面に子どもたちも大興奮でした！



【滑り台】



子どもたちから大人気！「もっかい！」
と言いながら何度も繰り返し楽しんでいます！



短い時間でも外に出ることは子どもたちにとってリフレッシュの時間になっています。“病児保育で外遊びはできない”と思われがちですが、体調に影響しない程度に外に出ることで心のケアに繋がると考えています。今後も無理のない範囲で外遊びを楽しみ、ハグルームで過ごす時間が子どもたちにとって充実したものになるよう努めていきます。※医師等の判断で外に出ても体調に問題なく、保護者のご同意を頂いたお子様が対象です。