



はぐみ ~hug me~

新年度がスタートして早くも1か月が過ぎました。少し疲れが出てくる時期になってくる頃なので体調管理に注意しながら過ごしていきたいですね。

5月に入ると紫外線が徐々に強くなり始めます。それに伴い気温なども変化が大きくなる為、肌のトラブルが起こりやすい時期です。今回はお子さんの肌のトラブル対策やアフターケアの仕方などについて紹介をしていきます。

起こりやすい肌のトラブルの原因…

- 1 気温差と空気の乾燥→昼と夜の気温差が大きく空気も乾燥しやすい
- 2 紫外線の急増→紫外線が3月頃より増え始め細胞を破壊したりしてしまう
- 3 環境の変化によるストレス→新しい環境での生活が始まりストレスを感じ自律神経などを乱す
- 4 花粉や黄砂による外部からの刺激の増加→花粉や黄砂の飛散量が増えてアレルギー反応が出やすくなる

子どもの肌について…

子どもの肌は大人の約半分と言われており紫外線などの刺激より守る力も弱くとてもデリケートです。小学校の高学年頃までは皮脂分泌量が少なく、水分保持能力も未熟なため皮膚は常に乾燥しやすくなっています。それに対して汗腺は大人と変わらないため汗をかきやすく汚れやすくなっています。そのため、十分に対策をとらないと肌のトラブルにつながってしまいます。

肌トラブルへの対策方法

- 1 汗や肌についた汚れを丁寧に落としてあげる
 - 2 肌を乾燥させないように保湿する
 - 3 紫外線や花粉などの刺激から肌を守れるように帽子や長袖、長ズボンなどを着用する
 - 4 紫外線対策として子ども用の日焼け止めを使用していく
- ※肌にトラブルが出てきた時にはそのままにせず早めに受診して医師に相談しましょう



📄 《利用登録受付中》

ご利用には、**事前の登録**が必要です！

『子どもが急な発熱、でも仕事は休めない…』
急な利用に備え、事前に登録して頂くことをお勧めします。
※登録には電話予約をしてから来てください。
※必要書類は昭島市のホームページ、または昭島市役所にございます。



月～金曜日 10:00～18:00 (祝日、夏期休暇、年末年始を除く)

☎ 042-519-7868 (担当: 澤田)

住所: 東京都昭島市松原町1-2-1 太陽こども病院 1階保育室

はぐみからのおねがい…

はぐみの入室は面談時・送迎時ともに保護者1名でお願いします。また、感染症拡大防止策でマスクの着用(3歳以上のお子さまを含む)・手指の消毒・検温のご協力をお願い致します。

