令和5年

11月 健やか子育てだより

大田区保育サービス課
保　育　園　看　護　師

区立保育園看護師発　今月のテーマ

❤　衣類の調節　❤

暦の上では立冬を迎え、日ごとに寒さが深まる頃となりました。一日の寒暖差が大きい時期なので、気温に応じて衣服で調節ができるようにしましょう。

＜どんな服を選んだら良いの？＞

晴れた日の日中は、こどもたちは少し動いただけで汗をかいていることもあります。
汗をよく**吸い取る素材の肌着 ＋ 長そでのシャツ**などを着せると良いでしょう。

朝夕の肌寒いとき・雨で日が差さないとき・風の強いときなどは体感温度が下がります。
天候やこどもの体調を見ながら、衣類で調節しましょう。

→厚手のものを１枚着せるより、薄手のものを２枚着せる方が暖かいです。
→長袖の衣類やベスト、長めの靴下などで、おなかやせなか・首・手首・足首がしっかり覆われていると暖かく感じます。

※　厚着は動きが鈍くなり、ぶつかったり、転んだりして危険です。
汗をかいたままにしていると、からだが冷えるので着替えましょう。

月齢・年齢	こどもの特徴や年齢に応じた衣類について
新生児期 ３か月頃まで	肌がデリケートなうえ、汗をかきやすいです。 大人と同じか１枚多く着せます。 肌着は、吸水性の良いものを選びます。
４か月頃から	寝返りを打つようになり動きが大きくなります。 大人より１枚少なめを目安にします。
２歳頃から	自分でやりたいという気持ちが強くなります。 自分で着替えやすい伸縮性のあるものがよいです。

からだに対して大きすぎる服や丈が短い服は、防寒にはなりません。
からだにあったサイズか確認しましょう。

薄着の習慣をつけながら、秋から冬への気候の変化に慣れていきましょう。

大田区の感染症情報

アデノウイルスによる感染症が流行しています

- アデノウイルスを原因とする咽頭結膜熱（プール熱）や流行性角結膜炎などが増えています。
- 咽頭結膜熱については、10月に東京都より警報レベルに達したと報告があり、大田区でも保健所によると８月末から増えています。発熱や頭痛、目の充血、目やに、咽頭の炎症などの症状がみられます。
- アデノウイルスは感染力が強く、アルコール消毒は効きません。タオル等の共用は避け、石けんで丁寧に手を洗い感染を予防しましょう。

《10月1日から10月24日までの感染症状況》

学校等欠席者・感染症情報システムを活用し区内４地域（大森、調布、蒲田、糀谷・羽田）の感染症流行状況と感染症に関する情報をお知らせしていきます。

疾患名＼地域	大森	調布	蒲田	糀谷 羽田
インフルエンザ	172	138	138	28
咽頭結膜熱（プール熱）	１５	３	８	１
流行性角結膜炎	６	８	９	２
上記以外のｱﾃﾞﾉｳｲﾙｽ感染症	１０	０	２８	６
手足口病	１４	１５	３	３