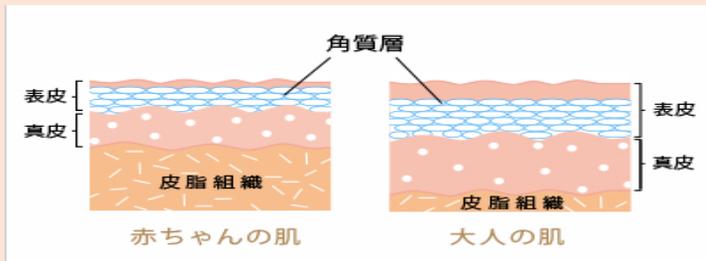




スキンケアのススメ

これから寒くなるにつれて、お肌のカサカサが気になる季節になりました。

私も全身粉ふき芋になっています（笑）
 そもそも、赤ちゃんの肌って何もしなくてもモクモクすべすべだと思ってませんか？私もそう思っていました。実際は私以上にカサカサ、かゆかゆです。
 なぜ子どもの肌は乾燥しやすいのか、今月号では詳しく書いていきます。



肌の断面は、おおまかに上の図のようになっていきます。

肌の中でも表皮は肌の水分を保持するところ・真皮は肌の水分を作り出すところです。

赤ちゃんの肌はそのいずれも大人に比べて未熟で薄いのがみとれます。

さらに作り出す皮脂の量は、生後1-2カ月をピークに減少していき、少ない状態は12歳頃まで続くと言われています。もちろんその子その子で皮脂の量は違いますので一概にはいえませんが、このような状況が重なり、子どもの肌は乾燥状態に陥るのです。

この皮脂の少ない時期（乾燥状態）の底上げを行うことがスキンケアなのです。

女性は30代以降再び皮脂の量は減少していきます。お母さん、お顔の乾燥がきになりませんか？私も朝晩の化粧水とクリームは手放せません。それと同じで、こどもさんの肌を触ってみて下さい。

少しでもざらっとしたり、かゆがる様子があったら是非スキンケアしてあげて下さい。

次号ではスキンケアとアレルギーのつながりについて説明したいと思います😊

院長のつぶやき

先日、病院を受診する機会がありました。

自分が患者になることで、改めて“患者さんの不安な気持ち”や“お医者さんの一言の重み”を実感しました。

同時に、自分やスタッフが患者さんや家族に寄り添えているのか振り返る良い機会となりました。



～おすすめの歌♪～

「きみのママより」
 知っている方も多いかもしれませんが、子育て中に聞いて思わず涙した曲です。完璧なママなんていない。でも、自分らしく、大切な人を守っていく。こどもの愛おしさを感じる曲です。



予防接種の問診票について

予防注射の来院前に体温を計みましょう。

来てみて熱があったなどよくあります。また本日の体調の記入の箇所には、咳・鼻・下痢気味など症状といつからか詳しくご記入下さい。注射を控えた方がいい場合もあります。

インフルエンザの予防接種が始まり、予約可能人数の拡大をしているため、受付内が大変混雑いたします。ご迷惑をおかけいたしますが、電話での予防接種のご予約は14～15時にご遠慮いただけますと助かります。ご協力のほどよろしくお願い致します。

休日当番日のお知らせ😊

11月11日	谷村胃腸科・小児科医院
11月18日	ももぞの小児科クリニック
11月23日	たけうち小児科
11月25日	かみぞのキッズクリニック
12月2日	新こどもクリニック

