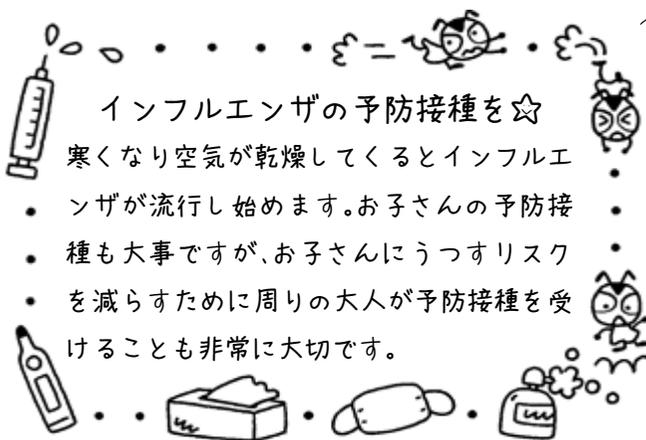


朝は暖房がないとお布団から出られない日が増えてきました(^_^)。今月はいよいよ大イベントがありますね。少し遠いところにあるので、雪などが降らなければいいですね。きっと1週間ほど前から天気予報とにらめっこになります。カッコいいお子様の姿、楽しみにしててくださいね♪



インフルエンザの予防接種を☆

寒くなり空気が乾燥してくるとインフルエ

- ンザが流行し始めます。お子さんの予防接種も大事ですが、お子さんにうつすリスクを減らすために周りの大人が予防接種を受けることも非常に大切です。

予防接種は意味がない!?

よく耳にするのが「予防接種をしても100%防げないでしょ」という言葉。確かにその通りです。しかし予防接種の本来の目的は病気を防ぐことではなく、病気になって発症しても、症状を軽くすることです。乳幼児は高齢者同様、インフルエンザに罹った際に重症化しやすい“ハイリスク群”と、されています。肺炎や意識障害等のリスクを減らす事が意味がないかどうか、是非考えてみてください☆

服装について今一度見直しを☆

最近のお子さんは皆さんおしゃれになりました♪きっと保護者の皆様のセンスが若いからですよ♪可愛い服、カッコいい服、沢山あるのですが、保育園に登園する時には「活発に遊ぶことができる服」を選んでいただくと嬉しく思います。フリルやボタン、飾りが何かに引っかかってしまうような服は危ない場合がありますので、ご遠慮くださいますようお願いいたします☆その分、ご家族でお出かけの際には目一杯おしゃれしてあげてください♪

下着を着よう

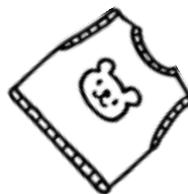
保温性・吸湿性を考えると、綿100%で半そでのものがいちばん。ただ、古くなると目が詰まって保温力が低下するので気をつけましょう。

Tシャツは、下に着るとごろごろして動きにくくなるので、下着の代わりにはなりません。



重ね着をしよう

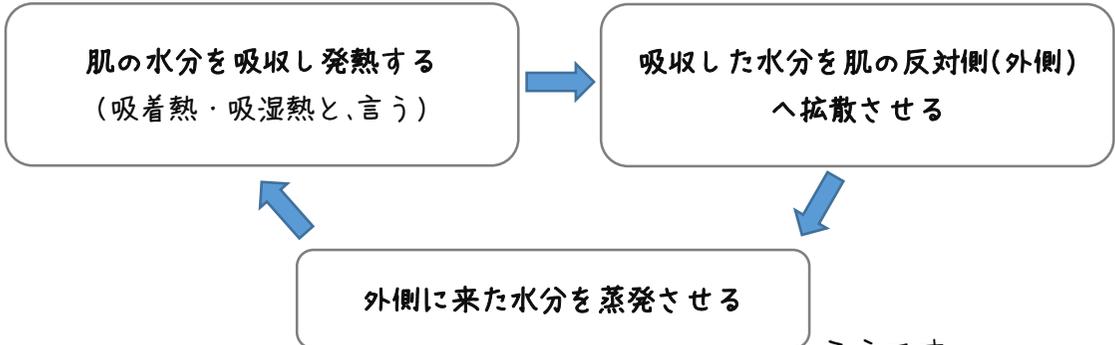
重ね着をすると、服と服の間に体温で温まった空気の層ができ、厚手のもの1枚着るより保温性が高まります。薄手の重ね着なら、動きやすく機能的です。



吸湿発熱繊維（きゅうしつはつねつせんい）には気を付けて！

ヒートテック（ユニクロ）、ヒートファクト（イオン）ボディヒーター（イトーヨーカ堂）、アイヒート（ジャパーナ）等、現在発熱する衣類が数多くあります。肌の汗などを吸収し発熱する繊維でできているため、吸湿発熱繊維と、呼ばれています。最近これらの商品を着て肌のかゆみなどを訴えるケースが増加しています。酷いときには肌がガサガサになったり湿疹が出たり…。

実は…これらの商品…アトピー体質の方、乾燥肌の方、敏感肌の方達には不向きな繊維なんです。吸湿発熱繊維のメカニズムは…



こうです。

水分が蒸発するときには熱を奪いますので、繊維の内側と外側の間は断熱されるようにできている場合が多いようです。吸湿発熱繊維が発熱するためには適度な水分量が必要です。洗濯機の中で洗濯中に発熱しないように、繊維の許容量を超えると発熱しなくなります。そのため、吸収した水分を他に移し、また、移した場所も早目に乾燥させることで、発熱し続けるサイクルが完成します。しかし、上の図を見ると、サイクルを繰り返す度に肌の水分が失われていく事もわかります。さらにこれらの商品の多くは化学繊維でできています。綿などに比べ皮膚刺激も強いので、肌が弱い方は皮膚科で禁止令が出る場合も多いようです。ぷにぷにピチピチの、瑞々しい肌を保つために、衣類の繊維についても見直してみると良いかもしれませんね(# ^^#)



今月末はいよいよ成道会。そして今年は残り2か月。月日は歳を重ねる毎に速さを増していきますね。ひまわりさんの保護者の方々は小学校入学の準備で大忙しでしょうか☆出費が重なってしまう時期ではありますが、その分お子さんは入学に胸を膨らませているのではないのでしょうか☆先ずは成道会。みんなの力を合わせて素敵なイベントにしましょうね♪

