

家では全く野菜を食べないんです

毎年沢山の保護者の方から聞く言葉です。

おひさまえんでは個々に食事の量を多少は調節しますが、どの子もみんな毎日完食しています。

もちろん笑顔で完食する子もいれば、友達同士と一緒にパクッ！と食べちゃう子も。中にはなんとか話をそらそうと、頑張るちびっこ達も(笑)

スプーンを好きなキャラクターに替えたり、指人形を隣に置き見守ってもらったり♪ その子が今何に興味があって、何に一番反応してくれるのか…。それを常に考え試行錯誤(≧▽≦) 昨日良かった方法が今日も通用するとは限らず

^^; それはあの手この手を毎日繰り返し、ちびっこ先生の知恵比べ！そしてこんくらべ！(^^)!

そんな手強いやりとりも、また楽しいと感じるひと時です(#^^#) 栄養部さんがバランスを考え、心を込めて作って下さった給食を、今日も笑顔で「いただきます」!(^^)!

◎肌のバリア機能◎

皮膚は外界との **最大のバリア** です。

このバリア機能が湿疹や肌荒れで破綻している場所から異物が入ると、この異物を追い出したり戦おうとする=尋麻疹などが起こります。つまり

免疫の誤解が原因となってアレルギーが成立してしまっています。この免疫の誤解を生んでしまう原因が **湿疹や肌荒れ** です。この仕組みを **経皮感作** と呼びます。

体の中に **抗体** があると、初めて摂取してもアレルギー反応が出てしまう そうです。経皮感作の影響を減らすには、**湿疹を治す!** 湿疹を治して肌をきれいにする、新たにできる抗体を減らす ことができます。

肌のバリア機能を回復 するには、

① 洗浄 ② 保湿 この2ステップを強化!!

そこで水遊びにはちょっと早いけど、すごく汗をかく。そんなジメジメと湿気の多い6月からは、おひさまえんでは毎日沐浴をしています♪もちろん泣くちびっこもいますが、1、2歳児さんは汗を流してさっぱりとして、髪も乾かし水分補給♪この一連の心地良さを、十分に味わっています♡ドライヤーの順番待ちの間、頭にタオルを巻いて ちょっとおすましで 絵本を見ているちびっこ達も、極上の可愛さです(≧▽≦) 梅雨明けの知らせも待ち遠しいですが この時期を肌をきれいに保ち、バリア機能を最強にして、プール遊びを思いっきり楽しみましょう~(〇〇)/

☆新しいお友達☆

おひさまえん 7月号

