



梅雨が明けると夏本番！子どもたちの外遊びも活発な時期ですね。

こういった季節に心配なのは、子どもが外から持ち込んでくる“バイ菌”や“ウイルス”です。

ですので、ここはしっかり「手洗い」「うがい」の習慣をつけさせ、元気に気持ち良く過ごさせてあげたいものです。

とはいえ、「手洗い」「うがい」の習慣は急につくものではありませんので、くり返し続けさせることが大切です。

まずは、お子さんが帰宅したら「手を洗って、うがいして！」と声をかけるだけでなく、おうちの人が一緒に洗面所についていってあげましょう。

また、後ろから手を添えて、お子さんの手を包みこむようにして石けんをつけ、一緒に手を洗うと子どもも安心します。

もし一人でやりたがるようになったら、少し離れたところで見てあげてもいいですね。

ほったらかしにすると、楽しい水遊びになってしまうこともありますから。(苦笑)

まだお子さんが赤ちゃんの場合は、お散歩した後に濡れタオルで赤ちゃんの手を拭いてあげましょう。

「手を拭いたら気持ちいいね」などと声をかけてあげると、赤ちゃん自身はまだよくわからなくても、「帰ってきたら手をきれいにする」「きれいにすると気持ちいい」と自然に印象づけられていくそうです。もちろん、お母さんの手洗いもお忘れなく。

また、せっかく手をきれいに洗っても、その手を拭くタオルが汚れていたら手洗いの意味がありません。

使い終わった濡れたタオルは、バイ菌やウイルスの温床おんしょうですので、せっかく洗った手をまた汚すことになってしまいます。

夏に流行する「プール熱」は、タオルの共用で感染きょうよう かんせんが起こる代表的なものですから、小学校や幼稚園などの公共施設こうきょうしせつはもちろんのこと、家庭内であっても、タオルの共用は避けた方がよいでしょう。

