



にこにこだより

令和8年1月5日
千葉市地域子育て支援センター
にこにこルーム
TEL/FAX
043(241) 8599

あけましておめでとうございます
本年もよろしくお願いいたします。

新しい一年が、お子様とご家族の方にとって、笑顔が
あふれる年になりますよう、お祈り申し上げます。



2026年の干支は、午（ウマ）

干支とは？

古代中国から伝わった年や時間の数え方です。自然の巡りと暦のうつろいを理解するために生まれ、人々の暮らしに溶け込みながら、その年の歩み方を示してきた指標のような存在でもあります。

午（ウマ）年はどんな年になる？

馬は成長や発展の象徴とされる動物です。馬の持つしなやかな足、広い視野、力強い体、そしてまっすぐ前に向かう性質は、新しい挑戦を後押しするイメージと結びついてきました。そのため、午年は「何かを始めるのによい」「気持ちの切り替えに向いている」といった前向きな意味が込められていることが多いです。

2026年は丙午（ひのえうま）強いエネルギーで道を切り開く、非常に縁起の良い年とされています。

1月の行事 ～詳しくは、にこにこだより12月号No.2をご覧ください。

日	月	火	水	木	金	土
年末年始のお休み 12/28（日）～1/4（日）				1	2	3
4	5 行事の予約 開始	6	7 身体測定	8	9	10
11	12 成人の日	13 ☆作って遊ぼう カラコロ 雪だるま	14	15	16	17 お父さんと 遊ぼう
18	19	20 わらべうたの 日	21 身体測定	22 育児講座 「離乳食」	23	24 男性保育士と 遊ぼう
25	26	27 地域交流 （3歳以上児）	28 ふれあい遊び の日	29	30	31

乳幼児のスキンケア

～ 乳幼児の湿疹・皮膚炎の予防にはスキンケアがとても大切です。～

子どもの皮膚の厚さは、大人の半分しかなく、保湿成分である皮脂が少ないためドライスキンになりやすい状態です。乳幼児の皮膚は、バリア機能が弱く病原体やアレルゲンなどが侵入しトラブルが起きやすくなってしまいます。湿疹や皮膚炎を起こしやすいので、予防のためのスキンケアがとても大切です。トラブルを未然に防ぐためには、皮膚についた汚れを石けんできれいに落とし、保湿をして乾燥を防ぐことが重要になります。

皮膚の清潔と、保湿をセットで行いましょう。

【石けんで洗う】

汚れを落とすには、たっぷりの泡で洗うことが大切です。洗った後は流水でしっかり流しましょう。



【保湿剤を塗る】

塗るときのポイント

- ・入浴後、水分を拭き取ったらすぐに塗りましょう。
- ・適切な量の保湿剤を塗りましょう。



口径5mmの軟膏チューブの場合、大人の人差し指の第一関節から、指先まで出した量が約0.5g、大人の手のひら2枚分の面積が塗れる量です。



手のひらで塗る面積を確認し、適切な量の保湿剤を塗っていきましょう。

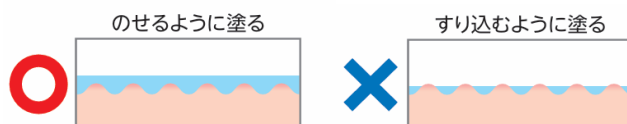


容器入りの場合は、小さじすりきり1杯(約4g)が乳幼児の全身1回分です。



3歳を過ぎたお子さんは小さじ1杯半が目安になります。

- ・たっぷり皮膚にのせるように塗りましょう。



参照:独立行政法人 環境保全機構

「知っておきたい乳児スキンケアからだの洗い方、外用薬・保湿剤の塗り方実践法」
「乳幼児スキンケア」



動画でチェック

