



康心会汐見台病院

産科だより

令和元年

当院の平成最後（写真右）と令和最初（写真左）を飾ってくれた赤ちゃんをご紹介します！



平成最後を飾ってくれた赤ちゃんは4月29日 3時25分産まれ、3090gの男の子。ママから「この病院で平成最後の赤ちゃんですよね？新聞にも載りますか？」と声を掛けて頂き、写真を撮らせていただきました。産科だよ

りを見ていただいているようで、とてもうれしかったです。

令和最初の赤ちゃんは5月1日 13時34分、3445gの女の子。この子は家族にとって3人目のお子さん。上の子2人は40週0日（予定日）を超えずにお産になったようなので、ママも平成産まれになるだろうと構えていたそうですが、妊娠41週6日（正期産ギリギリ）で産まれました。どうやら赤ちゃんは令和で産まれたかったようです。

時代の移り変わりで産まれた赤ちゃん達をこんな風に並んで写真撮影することができてとても感慨深いです。平成産まれ、令和産まれの赤ちゃんみんなの未来が平和であることを祈っています。

◆紫外線対策について

過ごしやすい季節になり、お出かけする機会が増えてきます。まだ夏じゃないからと、紫外線対策をおろそかにしがちですが、5月から対策していく必要があります。紫外線は波長の違いで3種類に分けられるのですが、肌に影響があるのが2種類。1つは肌奥まで届き、コラーゲンやヒアルロン酸を作る細胞を破壊します。その種類が1番多いのが5月。もう1つは肌表面の細胞に炎症を起こし、火傷の様な状態にしてしまいます。これは5月から多くなり始め、7〜8月でピークを迎えます。赤ちゃんの皮膚は大人の半分程しかなく、薄く、デリケート

トです。紫外線の蓄積により、将来的にシミやシワ、皮膚がんや白内障などのリスクを増大させてしまうそうです。では、赤ちゃんを紫外線から守るため、推奨されている紫外線対策を書いていきます。

①赤ちゃん用日焼け止め…低刺激で、無香料なものがおススメ。生後3か月からが使用開始目安です。どのような日焼け止めも、約2時間が目安となるため、こまめに塗り直すことで効果を維持できます。

②UVカット効果のある帽子…つばが7センチ以上あるものがかぶると紫外線量が60〜70%カットできると言われています。通気性が良く、できれば襟足もカバーできるものがおススメです。

③ベビーカーに日除けを付ける…ベビーカーの上部を覆うものだけではなく、乗車部分をカバーできる幌タイプのもがおススメ。道路からの照り返しも注意しましょう。

紫外線は親子でしっかり対策をして、お出かけを楽しんでください♪

◆今月の赤ちゃん

個別沐浴指導を受けているご家族です。パパが沐浴している所を、ママが撮影しています。この時のパパは初めての沐浴にとってもドキドキしていたようです。赤ちゃんが大きくなってから見せてあげてもいいですね。夫婦で振り返ってもいいですね。そんないい思い出になったシーンをみなさんにもおすそ分けです★

