



3月のほけんだより



新型コロナウイルス感染症の流行が始まってから、3回目の春を迎えました。日々流れてくる情報に一喜一憂することなく、卒園・進級に向けてしっかりと子どもたちの健康管理・安全対策に取り組んでまいりたいと思います。

3月3日は耳の日

3月3日といえばひな祭りですが、耳の日でもあります。耳の大切さや、耳の病気について知ろう！という日です。耳はどんな働きをしているのでしょうか。実は、耳の働きは音を集めるだけではありません。全身の平衡感覚を保ったり、気圧を調節したりする大事な役割を担っているのです。ぐるぐる回転すると目が回ったり、エレベータの昇降時や飛行機の離陸時などに耳の奥がツーンとなるのも、耳が関係しています。耳は私たちが健康に暮らすために大切な働きをしている器官です。異常を感じたら早めに耳鼻科を受診しましょう。



コロナと花粉症

新型コロナウイルス“オミクロン株”が猛威をふるうなか、2月からはスギ花粉の飛散が始まっています。オミクロン株は咳や鼻症状が多く出ると言われています。熱がなければ花粉症の症状と区別が難しいかもしれません。特に初期症状の場合は専門家でも見分けるのが困難ですが、一つのポイントになるのが発熱の有無です。オミクロン株の場合は発熱が多く生じますが、花粉症による発熱はまれで、生じたとしても微熱がほとんどです。この春も新型コロナウイルスの対策をしつつ、花粉症対策を講じていきましょう。

- 《コロナ禍での花粉症対策》
- ・換気は窓を小さく開けて短時間で。
 - ・鼻をかむ前に手指消毒をする。
 - ・外出時はマスクだけでなく、メガネやサングラスなども使用する。
 - ・帰宅時、衣類や髪に付いた花粉をよく払ってから家に入る。手洗い後にうがいと洗顔もするとよい。



1年を振り返って..

1年間健康に過ごすことができましたか？いくつかきたかチェックしてみましょう。

- 早寝、早起きができた
- 朝ごはんを毎日きちんと食べた
- 毎日うんちをした
- 歯みがきができた
- 外手洗いうがいができた



テレビやゲームは時間を決めている
保育園では身体計測の結果を健康ノートに記入しています。追加した予防接種等ありましたら、ご家庭での記入をお願いします。うちゅう組さんには3月の身体計測が終わり次第返却します。成長の記録を見返してみてください。

2月の健康情報

新型コロナウイルスが園内で発生しました。第6波の感染者数が下がりきらないうちに、ステルスオミクロン株による第7波が始まる可能性もあると示唆されています。まだまだ予断を許さない状況です。

