



# 3月 ほけんだより

2020年3月1日発行  
新川崎みらいのそら保育園



少しづつ寒さも緩み始め、春の足音が近づいてきました。1年間さまざまなことを経験し、大きく成長した子ども達です。4月の進級・就学に向け、より一層家庭との連携を深めていきたいと思えます。

## 1歳でも花粉症になる？

花粉症になるのは小学生ころからと言われていましたが、最近は少ないながらも1歳過ぎでかかる子もいるそうです。小さい子はつらさを言葉で伝えることができないので、気になる症状が見られたら、一度病院の受診をお勧めします。

### 気になる症状

水っぽい  
鼻水が続く

外に出たときに  
目をかゆがる

目がくじく  
じゅじゅしている



### なってしまったら

- 花粉の飛ぶ時期は、布団を外に干さない
- 部屋に入るときは、服に付いた花粉をはらう
- 外から帰ったら、ぬれたタオルで顔をふく



## 春先のかぜ



まだ朝夕は気温が低く、日中との気温差が大きいため、かぜをひいてしまう子どもが多くなっています。環境の変化で緊張が続き、心身ともに疲れがたまっているのかもしれませんが。初めて集団生活に入ったお子さんは特に、おうちでゆったりと過ごしてくださいね。

### かぜかな？と思ったら

- 体を温かく保つ
- 栄養のある物を食べる
- 十分な睡眠と休養をとる
- 水分補給を心がける



熱がなくても、せきや鼻水が出るときは体調が不安定です。安静にして過ごしましょう。



### 2月の報告

- 2月は以下の感染症が発生しました  
溶連菌感染症：乳児1名・幼児2名
- 4日に園医健康診断を行いました
- 17日・18日に身体測定を行いました
- 20日に幼児対象に保健指導を行いました

### 3月の予定

- 3日(火) 14時～：園医健康診断 5歳児
- 9日(月) 9時～：身体測定 0.1歳児
- 10日(火) 9時～：身体測定 2～5歳児



2月の後半から、卒園式の練習をしたり、リュックで登園したりと徐々に進級・就学の準備を進めています。

環境の変化に伴い、体調や気持ちが少し不安定になるお子さんもいるかもしれません。

お子さんの体調などに気になることがありましたら、お気軽に職員にご相談ください。