

# 3月 ほけんだより



令和5年3月1日発行  
新川崎みらいのそら保育園

寒さがやわらぎ春の気配を感じられるようになりました。4月の頃に比べて子どもたちひとりひとりの表情や行動に、あらためて大きな成長を実感しております。みんな元気に進級・進学できるよう、体調管理を行いながら最後のひと月を大切に過ごしていきましょう。

## 「3月3日」耳の日に寄せて

3月3日は「みみの日」です。耳は、音を聴いたり体のバランスを感じとったりする大切な気管です。子どもの耳ならではの特徴を知って耳を守りましょう。

子どもの  
耳は……

### 中耳炎になりやすい

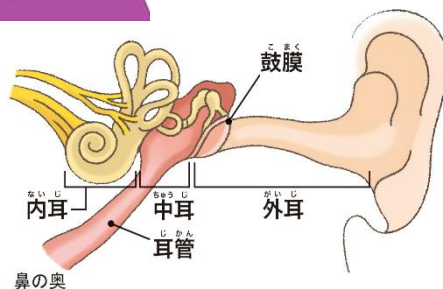
中耳は「耳管」という管で鼻の奥とつながっています。子どもは大人に比べて耳管が短く、傾きがなだらかなため、鼻の中のウイルスや細菌が耳管を通して中耳に入りやすく、**中耳炎**を起こしやすいのです。

だから…

**鼻水を放っておかない！**

鼻水が出ているのをずっと放っておくと、鼻水の中にウイルスや細菌が繁殖し、中耳炎の原因となります。早いうちに病院を受診し、悪化しないようにしましょう。

また、多いときや自分で出せない子どもには鼻吸い器（鼻汁吸水器）などで吸ってあげましょう。



子どもの  
耳は……

### 耳掃除が大変

耳の穴が小さく、中が見づらいため耳掃除が難しいです。また、耳の中の皮膚は敏感なため、子どもがいやがって動いて耳の中を傷つけることや、きょうだい児が抱きついてきて耳かきが押されて鼓膜が破れる事故も。

だから…

**困ったら耳鼻科に相談！**

普段の耳のケアは、お風呂上がりなどに耳の穴の入り口を綿棒でぬぐうだけでもOKです。綿棒を奥に入れてしまうと、耳垢を奥に押し込んでしまうことになります。耳あかがたまっているのに、耳掃除が難しいときは耳鼻咽喉科で相談しましょう。耳掃除のために受診するのは珍しいことではありません。



## 子どもの花粉症について

花粉症は大人の病気と思われがちですが、近年子どもの花粉症が増えています。

花粉症の症状といえは・・・

鼻水、鼻づまり、目のかゆみ、くしゃみが主なものです。

なかでも子どもの場合は、鼻づまりと目のかゆみに現れることが多いようです。鼻づまりは見た目ではわかりにくいので、口呼吸が多くなっていないか観察しましょう。

また、目の症状として充血したり目がむくんだりすることもあります。花粉症の症状はかぜの症状にも似ているので、気になる症状が現れたら早めに受診するようにしましょう。



新型コロナウイルス感染症に対する感染対策については、今後自治体の指示の下、おたより等でお知らせいたします。引き続きご理解・ご協力の程よろしくお願いたします。



## 2月の報告

今月は**感染性胃腸炎**の発生がありました。その他発熱や咳、鼻水、嘔吐等で欠席するお子さんがいました。

- 身体測定：8日(1,2歳)/9日(3-5歳)/10日(0歳)
- 保健指導：24日(3-5歳)
- 園医健診：28日(全クラス)



## 3月の予定

- 身体測定：7日(1,2歳)/8日(3-5歳)/9日(0歳)
- 保健指導：14日「いのちのたいせつさ」(5歳)

進級・就学に向け、園でも徐々に準備を進めています。新しい環境にワクワクドキドキの子ども達ですが、慣れるまでは体調や気持ちが少し不安定になることもあります。ご家庭で普段と変わった様子が見られたり、体調に変化が見られた場合は、職員にご相談ください。

