

ほけんだより 3月

あおぞら保育園

年が明けたと思ったら、早いものでもう3月です。年長のつき組さんは保育園での生活も最後の月となりますね。肌寒い日もありますが、もうスギ花粉などは飛び始めています。今年はインフルエンザの流行も遅れてきているのでまだまだ油断できません。花粉症の予防も含め『マスクの着用・手洗い・うがい』で元気に新年度を迎えられるといいですね。

もうすぐ1年生進学の準備はできていますか？



早寝・早起き
できていますか？
好き嫌いをなく
食べられますか？
トイレは上手に
使えていますか？
通学の道は
知っていますか？
元気にあいさつ
できていますか？

祝 1年生!

年長さんは4月から小学生。ついやってしまうのが「もうすぐ1年生だね」という言葉。でも時にはそれがプレッシャーになることも。自分でできるようになったことをさりげなくほめてあげてはどうでしょう。知らないうちに自信になって、元気な1年生になってくれそうです。

- 自分で起きられる
- あいさつできる
- ゆずったり、がまんができる
- かたづけができる
- 脱いだ服をたためる
- 自分のものを管理できる
- 約束が守れる

胸をいっぱい膨らませて
元気な1年生に!



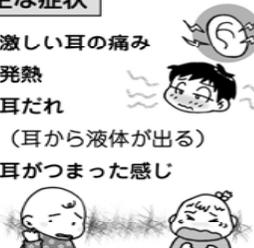
子どもに多い 耳の病気 中耳炎

急性中耳炎

中耳（鼓膜の内側）に、鼻やのどから細菌やウイルスが入って炎症を起こし、うみがたまる病気です。小さな子どもでは、かぜの後、鼻やのどの炎症に続いて起こることがよくあります。

主な症状

- ◆激しい耳の痛み
- ◆発熱
- ◆耳だれ
(耳から液体が出る)
- ◆耳がつまった感じ



気をつけること

◆小さな子の様子に注意
耳が痛くても、言葉で症状を訴えられないことがあります。耳に手をやったり、理由もなく、ぐずるときは、体温の変化や耳の様子に注意してみてください。

滲出性中耳炎

中耳腔（鼓膜の内側の部屋）に液体（滲出液）がたまる病気です。

急性中耳炎が完全に治りきらず、鼓膜の内側にうみが残って起こる場合があります。

主な症状

- ◆耳が聞こえにくい（難聴）
- ◆何度呼んでも返事をしない。
- ◆テレビを見るとき、音量を大きくしている。



気をつけること

◆中耳炎の治療は、最後まできちんと受けること
治療を途中でやめてしまうと、慢性中耳炎に移行することがあります。「完全に治った」と言われるまで、治療を続けてください。

慢性中耳炎

急性中耳炎が治らず、鼓膜に穴が開いたままになって起こる「慢性化膿性中耳炎」と、鼓膜の一部が耳の奥に入り込んでかたまりを作る「真珠腫性中耳炎」があります。

主な症状

- ◆慢性化膿性中耳炎
 - ・耳が聞こえにくい（難聴）
 - ・耳だれをくり返す。
- ◆真珠腫性中耳炎
 - ・耳が聞こえにくい（難聴）
 - ・めまい
 - ・顔面神経まひ



気をつけること

◆聞こえの様子に注意
以前にかかった中耳炎が原因で、聞こえが悪くなっている場合もあります。ときどき、聞こえの様子をチェックし、気になるときは早めに耳鼻咽喉科を受診してください。

3月の保健行事

- 3/2(水)・・・5歳(つき組) トイレ指導(午前中)
- 3/7(月)～3/11(金)・・・身体測定(午前中)
- 3/14(月)・・・12:30 新入園児健診
・・・14:30 0才児健診



2月の感染症

- ◆インフルエンザ
 - A・・・8名
 - B・・・1名
- ◆感染性胃腸炎
 - j・・・2名
- ◆溶連菌・・・1名