



# ほけんだより・3月

平成29年3月1日  
四つ木なかよし保育園  
看護師

今のクラスで過ごすのも、残り一ヶ月になりました。ひまわり組さんは、あと一ヶ月で一年生になりますね。4月からは、それぞれ新しい環境に変わります。大切な1年の締めくくりの月を元気に過ごしましょう。

2月の中旬より山内ナースの代替えとして週2回両国なかよし保育園から来ている森井と申します。よろしくお願ひします。

## 2月の欠席状況

インフルエンザA型・突発性発疹症・  
発熱・咳・

## ひまわり組の保護者の方へ

MRワクチン(麻疹風疹混合ワクチン)二期の接種は済んでいますか？

未接種の方は必ず今月中までに受けるようにしましょう。



## 花粉症の本格的な季節がやってきました！

春の花粉・・・スギ、ヒノキ、カモガヤ・ホソムギなどのイネ科

3月に入ると比較的暖かくなってくるのですが、気温上昇とともに花粉の飛散が本格的になり花粉症の方たちにとっては辛い季節がやってきます。



花粉症と風邪との症状の違い

	花粉症	風邪
鼻水	透明で水っぽい	色つきで粘り
眼	充血かゆい	かゆみなし
発熱	あっても微熱	微熱～高熱
天気	晴天で悪化	変わらず
期間	数か月続く	数日～1週間



花粉対策

- ・身体に入れないように、マスク・めがね・帽子の装着
- ・こまめな掃除をする(濡れ布巾での拭き掃除が有効)
- ・規則正しい生活で抵抗力を落とさない
- ・内服治療でコントロールする



こんなに一年でみんな大きくなりました!!(H28.4～H29.2月の平均増加量)

	もも		たんぽぽ		ちゅーりっぷ		すみれ		ゆり		ひまわり	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
身長 cm	11.75	9.8	7.79	7.86	5.9	6.6	5.71	6.11	5.7	5.67	4.75	5.17
体重 kg	2.41	2.41	1.88	1.92	1.6	1.49	3.33	2.63	1.83	2.01	1.43	1.79

29日(水) 0歳児健診

もも組さんできるだけお休みしないようご協力お願いします。

