



ほけんだより・3月

平成30年3月1日
四つ木なかよし保育園
看護師

少しずつ暖かくなり始め、柔らかな日差しを感じる様になりました。1年前を思い起こし、子どもたち一人ひとりの表情、行動に改めて大きな成長を実感しています。日々、担任の先生やお友だちと健やかに過ごし、いろんな活動を通してこころも強くたくましくなっています。3月は1年間の締めくくりの月。新年度に向けてお子様の心と体の成長を家族で話しましょう。



3月3日は耳の日



耳は音を感じとったり、言葉の発音、身体のバランスをとったりする大切な器官です。爪などと違って普段から直接目にするのが少ない耳は、うっかりすると長い間放置してしまうこととなりうる場所です。また、ちょっとした不注意が、中耳炎・外耳炎の原因になることもあります。耳の日をきっかけに、お子さまの耳を観察してみてください*

- ①耳をつめで引っかいたり、強く引っばったりしない。
- ②耳あかがたまっていないか、こまめにチェック
※耳掃除のしすぎには要注意
- ③鼻をかむときは、片方ずつ静かに
- ④耳のそばで、大きな音や声を出さない

😊耳のしくみや耳の病気について
玄関のほけんコーナーに
掲示していますのでご覧ください。



花粉症チェック!



花粉症の時期がやってきました。2月～3月頃ばスギ花粉が多く飛散します。鼻水が出ているけれど、かぜのひき始めなのか、花粉症なのか分からないという場合があります。下記の項目をチェックしてみましょう。

- 水っぽい鼻水が頻繁に出る
- くしゃみが何回も出る
- 目のかゆみや充血がある
- 顔などのかゆみがある
- 毎年同じ時期に同じような症状が出る
- 発熱はない



上記のような症状が見られる場合は花粉症を疑います。小児科や眼科、耳鼻科を受診しましょう。



今の時期は乾燥により、子どもたちの皮膚はカサカサしたり、かゆみがでたりします。ローションやワセリンなどで、こまめな保湿を心がけて、皮膚の乾燥を防ぎましょう。
※乾燥してカサカサの皮膚はバリア機能も弱くなっています。

進級・進学を控えて

気持ちが不安定になる時期です

多くの子どもたちが、「1つ大きくなる」という喜びでいっぱいな時期です。ただなかには、大人の時期を過剰に受け止めて、気持ちが不安定になる子どももいます。今までなかったのに、急に次のようなようすがみられたら、何かストレスを感じていることがないかどうか、注意してみてください。



- 咳ばらいをする
- 目をパチパチさせる
- 肩をピクッと動かすなど

●今月の0歳児健診(もも組)

28日(水)10時30分～ なるべく欠席されませんようよろしくお願いします。

●2月の欠席状況理由

インフルエンザA・B型・発熱・中耳炎・嘔吐・下痢