３月のほけんだより

2024 年３月１日
ひいらぎこども園
園長　中田　純子

今年度も残すところあと１か月となりました。１年前を思い起こし、子どもたちひとりひとりの表情、行動に、あらためて大きな成長を実感しています。みんな元気に新年度を迎えられるよう、病気やけがに気を付け、残りの日々も楽しく過ごしましょう。

耳を健康に！

３月３日は耳の日です。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。日ごろから気をつけるようにしましょう。

- ０～４ 歳は、ことばを覚える重要な時期です。このとき両耳が聞こえない状態だと言葉の習得が難しくなります。
- 難聴は生まれつきのことが多いのですが、中耳炎など耳の炎症から難聴になることもあります。
- 風邪を引いたときは要注意！鼻をかむときは、片方ずつ静かに。耳はとても敏感なので耳のそばで大きな音はやめましょう。
- 寝かせたままの哺乳は禁物！乳児の耳管は太くて短く、閉じたり開いたりする機能が未熟なので、寝かせたままの授乳は中耳炎になりやすいです。

子どもも花粉症に

最近は、園でも花粉症の子どもが増えています。花粉症の場合、外出から戻ってきたら、衣服についた花粉を払い落とし、手や顔を洗うことでずいぶん違います。また、外出前に目薬や点鼻薬を差すことも有効です。

抗アレルギー薬を症状の出る季節の前から服用すると、花粉の季節になっても軽く済むといわれています。症状がひどい場合は、医師に相談してみてください。

こんな時は登園できません

発熱・下痢・嘔吐などの症状がある場合

登園後、３７．５℃以上の発熱があることに加えて、元気がなく機嫌が悪い、食欲がない、咳や鼻水が出る、嘔吐・下痢などの症状などの全身状態が不良であるときは、保護者の方へご連絡させていただきます。

また、発熱・下痢・嘔吐の症状が無くなってから２４時間経過後の登園をお願いします。

こんな時はどうしたらいいの？

・朝、登園しようとしたらじんましんが出ていた

→じんましんの範囲にもよりますが、少しなら様子をみていただいても大丈夫かと思います。広範囲なら、医療機関で診てもらってからの登園をお願いします。

・目が赤く痒そうにしている

→結膜炎や花粉症、細菌やウイルスなど、様々なことが考えられます。かゆくて目を擦ってしまい傷ができることもあります。痒みがでたら、早めに眼科の受診をおすすめします。

他にも気になることがありましたらご相談ください。