



# ほけんだより

2022年3月号  
ゆらりん豊四保育園  
看護師 上根

今年度も残すところあと1か月となりました。たくさんの楽しい思い出でいっぱいとなった一年でしたでしょうか。一年前を思い起こすと、子どもたちの目に見える身体的な成長はもちろんのこと、行動や言葉、表情も大きく成長したことを実感しています。

今年度最後の保健だよりとなりました。元気に新年度を迎えられるよう怪我や病気に気を付けながら、残りの日々を大切に過ごしましょう。園の保健活動にご理解ご協力いただき、ありがとうございました！

## 3月3日は耳の日



「3」が耳に似ていることから、3月3日は耳の日となりました。子どもは耳の病気にかかりやすいので、日頃からお子様の様子をよく観察してあげてください。

### < 中耳炎になっているかも・・・ >

鼻水が長く続いているときは中耳炎になっている可能性があります。子どもの耳管は太くて短いため、鼻やのどからウイルスや細菌が入り込みやすい形をしています。耳を痛がる、耳だれなどの症状の他に、発熱や機嫌が悪くなるということもあります。心配なときは小児科だけでなく、耳鼻科も受診してみましょう。

### < 大切な耳を守るために気をつけたいこと >

- ・鼻をすすらずに、片方ずつ静かにかむ習慣をつけさせる
- ・耳の近くで大きな声や音を出さない
- ・耳を爪で引っ掻いたり、たたいたりしない
- ・耳垢がたまっていないかこまめにチェック
- ・耳そうじはあまり激しくせず、綿棒で外耳道を拭き取る程度に



## \* 子ども予防接種週間 \*

3月1日～3月7日は子ども予防接種週間に設定されています。保育園は免疫の未熟な乳幼児が集団生活をする場所です。予防接種により、感染症にかかりにくい、またはかかっても軽く済むと言われていました。

これまでに受けた予防接種を振り返り、受け忘れがないか確認するとともに、対象となる期間も今一度確認しましょう。

特に就学を控えているそう組さんは、入学前に「麻しん風しん混合ワクチン」の2回目の接種を受けたか確認し、まだお済みでない場合は受診しましょう。

## そう組の皆さん、ご卒園おめでとうございます！

4月からピカピカの一年生ですね。保護者の皆様におかれましてはこれから小学校生活に不安を感じている方もいらっしゃると思いますが、先輩の保護者の方に小学校のことなど聞いてみるのもいいかもしれませんね。保育園と違うのは小学校ではマスク着用となっています。長時間のマスク着用慣れるために、休みの時や外出の時など少しずつ慣れておくといいと思います。

また、小学校までの道のりを一緒に歩いて危険な所がないか一緒に確認してみてください。ランドセル姿を見せにきてくれるのを楽しみにしています。



## 0歳児健康診断のお知らせ

今月は3月10日（木）  
13：00～予定です。