ほけんだより3月号

ひまわり保育園　　看護師　野澤

たくさんの思い出でいっぱいとなった一年となりました。
入園、進級時に比べ、心も身体も大きく成長した子どもたち。
4月から新たな気持ちでスタートを切れるように、今から生活習慣をしっかりみなおしましょう。

2月の感染者状況

突発性発疹　1名　　感染性胃腸炎　3名　　インフルエンザ A 型　1 名

3月3日は「耳の日」

耳を守るために

- 耳の近くで大きな声や音を出さない。
- 耳をたたかない。
- 鼻をかむときは片方ずつ。
- 耳掃除をする。

※耳の病気には中耳炎があります。

耳の役割って何?

◆音を聞き、音の方向や遠近を聞き分ける。

◆体のバランスを保つ。

※鼻水がひどくでていると、耳管に圧がかかり中耳炎になることがあります。
耳が痛いと言えない乳児はしきりに耳を触るしぐさが見られます。
早めの耳鼻科受診をお願いします。

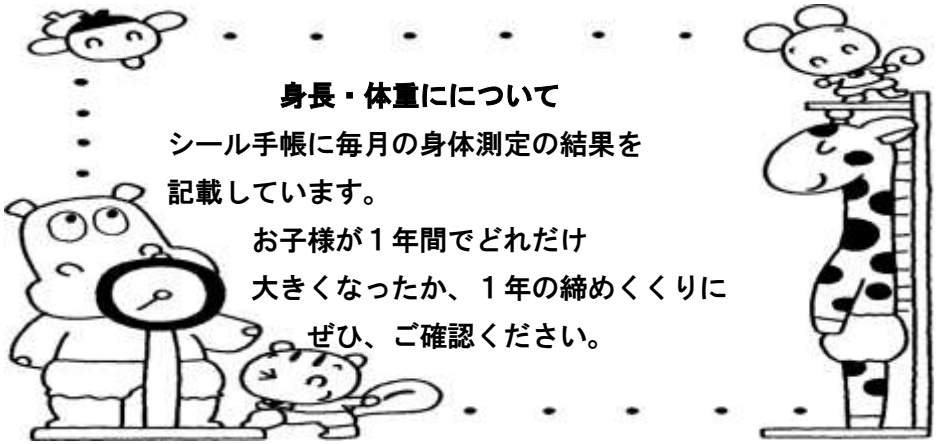
花粉症チェック！

花粉症に悩む人が多くなっています。「自分や子どもは大丈夫」と思っていませんか？　下の表でチェックしてみてください。

- □ かぜのような症状が長引いている
- □ さらさらした鼻水が出る
- □ ひどい鼻詰まり
- □ 目がかゆい
- □ くしゃみが続けて出る
- □ 毎年同じ時期に同じ症状が出る
- □ 家族にアレルギー体質の人がいる

２つ以上チェックが入った場合は、花粉症かもしれません。早めに眼科や耳鼻科の受診をお勧めします

身長・体重にについて

シール手帳に毎月の身体測定の結果を記載しています。

お子様が１年間でどれだけ大きくなったか、１年の締めくくりにぜひ、ご確認ください。