

# ほけんだより



今年度も残すところあと 2 週間となりました。5 月に出会ったことを思い出し、子ども達の心と体の成長を実感し、子ども達の成長に関わらせて頂けることに幸せを感じています。年長さんはいよいよ卒園し小学校へ入学ですね！小学校に行っても元気に勉強も遊びも頑張ってくださいね。3 月も病気に負けず元気に過ごしましょう。



## 耳をのぞいてみましょう

耳はちょっとした原因から、中耳炎や外耳炎を起こしやすいと言われています!!  
日頃から以下の事に気を付けるよう子どもたちに伝えていきましょう。

- ①耳をつめで引っかいたり、強く引っ張ったりしないようにしましょう
- ②耳あかがたまっていないか、こまめにチェックしましょう
- ③鼻をかむ時は、片方ずつ静かにかむくせをつけましょう
- ④耳のそばで、大きな声や音を出さないよう

### 気づかれにくい中耳炎に注意!

言葉で気持ちを伝えられるようになるまでは症状をうまく伝えられずに悪化してからしか気付かないことも多々あります。

- \*夜中にぐずって何度も起きる
- \*何となく機嫌が悪い
- \*急な発熱、高熱
- \*鼻水が長く続く
- \*耳を触る

などに注意してください

### 2月の感染症状況

#### 0, 1歳児 にじひか組

感染性胃腸炎 1名  
アデノウイルス感染症 2名

#### 2歳児 そよかせ組

なし

#### 3・4・5歳児

感染性胃腸炎 1名  
マイコプラズマ肺炎 1名  
溶連菌感染症 1名

## 花粉症のシーズンです

暖かくなり、花粉が飛びはじめました。最近では長引く咳やくしゃみ、鼻水の症状から「花粉症」と診断される子どもさんも見られるようになってきました。早めの受診や治療で症状が軽くなることもあります。



その他に、外出から戻ったら、玄関先で服についた花粉を払い落とす、手洗いうがいに加えて、顔を洗うことでずいぶん違います。花粉症の保護者の方も試して見られて下さい。

### \*一年を振り返って\*

今年度は5、6月に手足口病が大流行し、かかった子ども達、保護者のみなさんには大変ご心配をおかけしました。冬場は嘔吐下痢、インフルエンザ等の感染症は少なく、みんな比較的元気に過ごせていたように思います。是非この一年を家族で振り返ってみてください。

- 早寝、早起きができた
- 朝ごはんを毎日食べた
- 好き嫌いせずに食べれた
- 毎日うんちをした
- 外でたくさん遊んだ
- 手洗いうがいができた

4月からも元気に登園・登校してくださいね!