



ほけんだより

文責 看護師 宮原博子
H29.3.7

少しずつ暖かくなり、ずいぶん過ごしやすくなりましたね。卒園・進級まで残すところあと 1 か月となりました。

3月は1年の締めくくりの月です。新年度に向けて穏やかなスタートを迎えられるよう、親子で心とからだの調子を整えていけたらいいですね(*^_^*)



花粉症チェック!

花粉症に悩む人が多くなっています。「うちの子は大丈夫かな?」と思われる方も多いでしょう。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
- ひどい鼻づまり
- 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でる
- 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。



のどの痛みは
いん どう えん へん どう えん
咽頭炎・**扁桃炎** かも

子どもがのどの痛みを訴えたら、ウイルスや細菌に感染して、のどに炎症を起こしているのかもれません。口蓋垂(のどちんこ)周辺の炎症は咽頭炎、のどの両側の膨らみが赤くはれていたら扁桃炎です。どちらものどがひどく痛むため、水分をとるのも大変です。おうちでは水分補給と加湿をして安静に過ごしましょう。



3月は進級や進学を控えて気持ちが不安定になる時期です

新年度を控え、多くの子ども達が、「1つ大きくなる」という喜びでいっぱいな時期です。ただ、なかには大人の期待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様子が見られたら何かストレスを感じていることはないか、注意してみてください。



2月の感染症と内服状況

ひかり	インフルエンザ A	1名
	内服回数	30回
にじ	内服回数	40回
そよかぜ	インフルエンザ A	1名
	アデノウイルス感染症	1名
	感染性胃腸炎	1名
	内服回数	17回
以上児	インフルエンザ A	8名
	流行性耳下腺炎	11名
	アデノウイルス感染症	1名
	带状疱疹	1名
	溶連菌感染症	1名
	内服回数	31回