



ほけんだより 3月号

令和7年3月1日
 大山保育園
 看護師 中山・桐野

今年度も残すところあと1ヶ月になりました。1年前を思い返し、子どもたち一人ひとりの表情や行動に改めて大きな成長を実感しています。みんな元気で新年度を迎えられるよう、最後のひと月、病気やけがに気を付け、残りの日々を楽しく過ごしましょう。

3月3日は「耳の日」です。耳は、音を聞いた
 り、体のバランスを感じ取ったりする大切な器官です。子
 どもの耳ならではの**特徴**を知って、耳を守りましょう。

子どもの
耳は…… **中耳炎になりやすい**

中耳は「**耳管**」という管で、鼻の奥とつなが
 っています。子どもは大人に比べて耳管が短く、
 傾きがなだらかなため、鼻の中のウイルスや細
 菌が耳管を通して中耳に入りやすく、中耳炎を
 起こしやすいのです。

だから…
鼻水を放っておかない

鼻水が出ているのをず
 と放っておくと、鼻水の中
 にウイルスや細菌が繁殖
 し、中耳炎の原因となりま
 す。鼻水が多いとき、何日
 も続くときは鼻吸引器（鼻
 汁吸引器）などで吸ってあ
 げましょう。



子どもの
耳は…… **耳掃除が大変**

耳の穴が小さく、中が見づらいため、耳掃除
 が難しいです。また、耳の中の皮膚は敏感なた
 め、子どもがいやがって動いて耳の中を傷つけ
 ることや、きょうだい児が抱きついてきて耳か
 きが押されて鼓膜が破れる事故も。

だから…
**困ったら耳鼻咽喉科で
相談しましょう**

普段の耳のケアは、お風呂上がりなどに耳の穴
 の入り口を綿棒でぬぐうだけでもOKです。綿棒を
 奥に入れてしまうと、耳あかを奥に押し込んでし
 まうことになります。耳あかがたまっているのに、
 耳掃除が難しいときは耳鼻咽喉科で相談しまし
 ょう。耳掃除のために受診するのは、めずらしいこ
 とはありません。



1年間、健康に過ごせましたか？

お子さまと一緒に1年間を振り返ってチェ
 ックしてみてください。チェックのできな
 かった項目は4月からの目標にしてみましょう。

- 早寝早起きができた
- 朝ご飯は毎日食べた
- 好き嫌いをせずに何でも食べた
- 食後は歯みがきをした
- 毎日、うんちをした
- 外でたくさん遊んだ
- 外から帰ったら手洗い・うがいをした
- 友達と仲良く遊ぶことができた



進級・入学に向けて予防接種の確認を！



3月1日（土）～3月7日（金）は「子ども予防接種
 週間」となっております。①子ども自身がかからない②
 かかっても軽症ですむように③他の人にうつさない為
 の予防接種です。3月は進級・入学を控えた時期でもあ
 りますので、予防接種の未接種がないか確認してみま
 しょう。特に、**小学校前**のお子さんは**MR（麻疹・風疹混
 合）ワクチン2期の期限が3月31日まで**となっていま
 す。期限内は無料で接種できますが、過ぎてしまうと自
 己負担となってしまうので確認してください。



2月の感染症情報 (2/1～2/25)

りんご病	4名
ヒトメタニューモウイルス	1名
ウイルス性胃腸炎	1名
水いぼ	1名

