



3月 保健だよ!



H30.2.28 幸輪保育園

今月はインフルエンザが流行しました。また、肺炎や発熱でのお休みがありました。

まだまだ朝・夕は冷え込みますが、日中は暖かい日もありますね。厚着にならないように心がけ、体温調節がしやすい衣服の準備をお願いします。

体調の変化に注意しながら残りの1ヶ月も元気に過ごしましょう。

1歳でも花粉症になる?

花粉症になるのは小学生ころからと言われていましたが、最近は少ないながらも1歳過ぎでかかる子もいるそうです。小さい子はつらさを言葉で伝えることができないので、気になる症状が見られたら、一度病院の受診をお勧めします。

気になる症状

水っぽい鼻水が続く

外に出たときに目をかゆがる

目がくじくじゅしている

なってしまったら

- 花粉の飛ぶ時期は、布団を外に干さない
- 部屋に入るときは、服に付いた花粉をはらう
- 外から帰ったら、ぬれたタオルで顔をふく

～3月3日は耳の日です～



ことばと聴力

0～4歳は、ことばを覚える重要な時期。このとき両耳が聞こえない状態だと、ことばの習得が難しくなります。

難聴は生まれつきのことが多いのですが、中耳炎など耳の炎症から難聴になることもあります。子どもの耳の健康について、日頃から気を付けていくようにしましょう。



大きくなあれ!

この1年間で大きく成長した子どもたち。「身長が伸びない」という相談を受けることもありますが、身長には年間を通して伸びる時期と停滞する時期があります。

心もぐ～んと育つかと思えば後戻りしたり…。でも確実に育っていることもあるはず。

もうすぐ進級・就学のこの時期に、体と心の育ちの様子をもう一度振り返ってみましょう。

鼻水が長引くのは病気のサイン!?

鼻は呼吸や病気の予防に役割を果たす大切な気管。気になる症状があったら、耳鼻科を受診しましょう!

かぜをひいていないのに、しょっちゅう鼻が詰まったり、鼻水が出たりしている

→アレルギー性鼻炎や副鼻腔炎などの疑い

鼻詰まりがあり、しきりに耳を触る



→急性中耳炎の疑い

いつも目やにや鼻水が出ている



→鼻涙管閉そくや結膜炎の疑い

