



ほけんだより

2025.03.01

両国・なかよし保育園

看護師

寒さがやわらぎ、春の気配を感じられるようになりました。季節の変わり目は自律神経が乱れやすく、大人も子どもも体調をくずしがちです。食事、活動、睡眠のリズムを整えていきましょう。

3月の保健行事

3/13 15:00~

0歳児健診 もも組さん

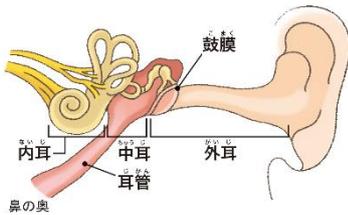
※時間が変更になりました。ご注意ください。

2月感染症

- ・ウイルス性胃腸炎
- ・新型コロナウイルス感染症
- ・溶連菌感染症

3月3日の「耳の日に寄せて」

3月3日は、「みみの日」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。



耳の仕組みは、大人も子どもも同じで、耳の穴から鼓膜までが外耳、鼓膜の奥には、中耳、内耳があります。内耳では、音や体のバランスなどをキャッチします。

中耳には耳管という管で、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なだらかなため、鼻の中のウイルスや細菌が時間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。

鼻水が出ているのをずっと放っておくと、鼻水の中にウイルスや細菌が増殖し、中耳炎の原因となります。早めに受診しましょう。

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、子どもが嫌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・・・。

普段の耳のケアは、お風呂上りなどに耳の穴の入り口を綿棒でぬぐうだけでも大丈夫です。綿棒を奥に入れてしまうと、耳垢を押し込んでしまうことになります。耳掃除が難しい時は、耳鼻咽喉科で相談しましょう。耳掃除のために受診することは、珍しいことではありません。

健康カードについて

3月の身体計測が終了した後、今年度の健康カードを返却いたします。来年度から健康カードをなくすことになりました。今まで健康カードでお知らせしていた、身体計測の結果は、コドモンにてご確認いただけます。内科健診、歯科健診につきましては、お手紙でお知らせいたします。

予防接種につきましては、別紙専用のものを使用することになります。新年度になりましたら詳細をお知らせいたします。

母子健康手帳、定期的に見直してみませんか？

お子さんの成長を振り返ったり、新年度に向けた準備を進めたりするため、もう一度、母子健康手帳を開いてみましょう。

- ① 身体発育曲線に育ちを記録していますか？
- ② 予防接種、受けそびれはないですか？

※将来、留学や仕事などで予防接種歴を見るなど、必要な場面があります。うけそびれがないか確認しましょう。