

ほけんだより

令和2年3月 虹のこころ保育園



昼夜の寒暖の差はありますが、お昼のポカポカな陽気が春を感じさせてくれます。この1年を振り返り、一人ひとりが自分のペースで大きく、たくましく成長した姿をうれしく感じているこの頃です。

3月3日は耳の日です

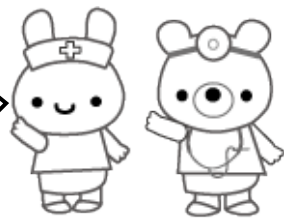
耳は「音を聞くこと」と「身体のバランスをとること」の2つの働きをしています。毎日の生活の中で、耳は大切な役目を果たしていますが、他の器官に比べて病気になっても気が付きにくい部分でもあります。ちょっとした行動が、中耳炎や外耳炎の原因になることもあるので特に下記のことを日頃から気をつけましょう。

乳幼児は症状を上手く訴えることができないので、おかしいなと思ったら、早めに耳鼻咽喉科・かかりつけの医師に相談しましょう。

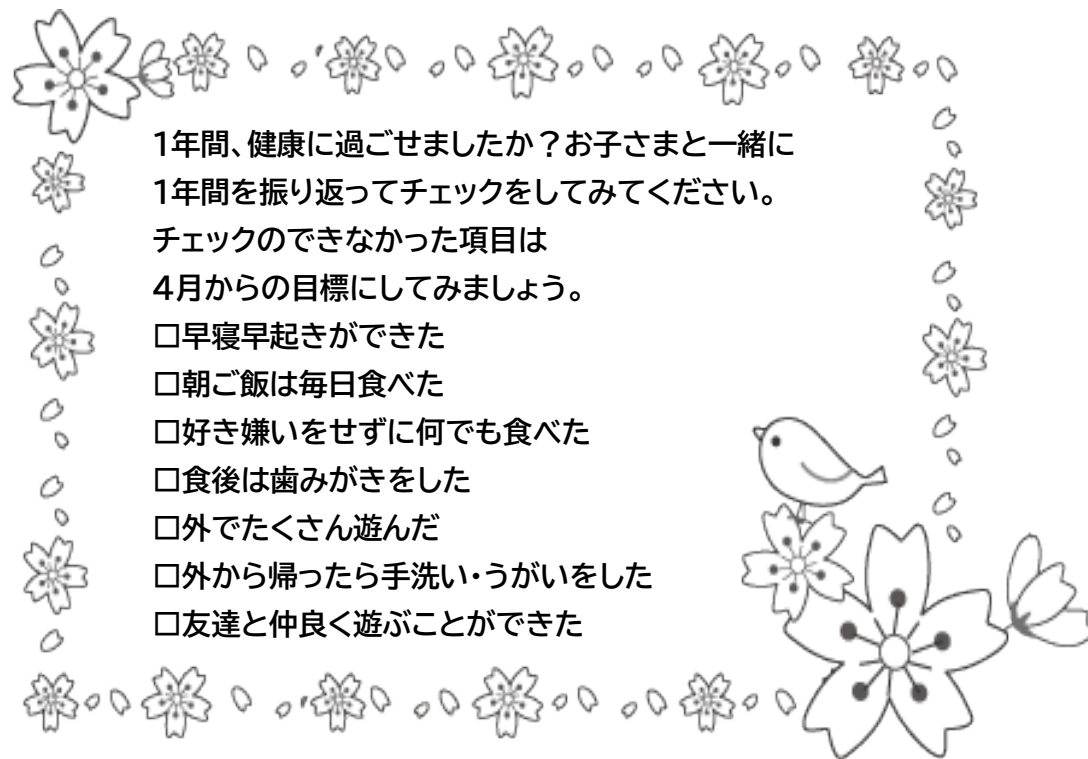
- ・ 耳をつめで引っかいたり強く引っぱったりしない
- ・ 耳のそばで、大きな音や声を出さない
- ・ 耳あかがたまっていないかこまめにチェック
- ・ 鼻をかむときは片方ずつ静かに



受診の目安



- ☆耳をしきりに触る。耳を痛がる。
- ☆熱が下がらない。
- ☆耳だれがある。
- ☆機嫌が悪い。
- ☆返事をしない。よく聞き返す。など



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をしてみてください。

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
- 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

3月のほけん行事

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 11日ひまわり組視力検査 | 8日ゆり組視力検査 |
| 10日身体測定(3.4.5歳) | 17日身体測定(0.1.2歳) |
| 1、15日頭髪検査 | |

毎年3月1日～3月7日は**予防接種週間**です。

保育園は集団生活の場なので、蔓延を防ぐためにも必ず受けて頂くようにお願いします。

*接種した際はすくすくカードにご記入をお願いします。