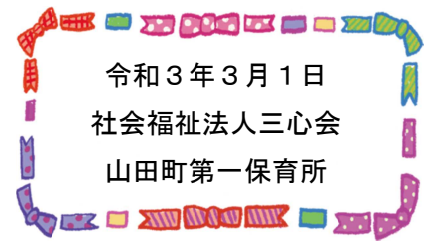





3月 ほけんだより



令和3年3月1日
社会福祉法人三心会
山田町第一保育所

少しずつ暖かくなり始め、柔らかな春の日差しを感じられるようになりました。4月からの進級、進学に向け、子どもたちのワクワクしている様子が見られます。あっという間に1年も終わりに近づいています。病気やけがに気を付け、残りの日々も楽しく過ごしましょう。



- ☆ 咳や鼻水が出ている子が多くいます。鼻は耳やのどとつながっているため、鼻の症状を放置しておくとお中耳炎やのどの炎症を起こしてしまいます。鼻水が続く時は受診するようにしましょう。
- ☆ コップ・歯ブラシ・おしぼりは毎日洗って、しっかり乾かしましょう。カビや臭いの原因になります。(おしぼりの洗濯は漂白剤を使用すると、汚れや臭いがとれて良いですよ。)
- ☆ 歯ブラシに名前が無い子が多く、誰の物か分からず困っています。必ず名前を書いてくださるよう、お願い致します!

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
- 目がぐじゅぐじゅしている

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

耳を健康に!

3月3日は耳の日です。ちょっとした不注意が、中耳炎・外耳炎の原因になることもあります。日ごろから気をつけるようにしましょう。

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

