

ほけんだより 3月号

令和4年2月28日
認定こども園どんぐり
看護師 大久保・古川

今シーズンは雪が多く、子どもたちは雪遊びを十分に楽しめた事と思います。もうすぐ温かい春になりますね。新型コロナウイルス感染症がまだまだ流行中です。引き続き、うがい、手洗いや、外出時のマスクの着用等の咳エチケットの実施、アルコール手指消毒など、基本の感染症対策で感染予防を心掛けて下さいね。栄養のある物を食べ、規則正しい生活習慣を送り、適度な運動で体力をつけ、お子様もご家族の皆様も病気に負けない体作りをして元気に新年度を迎えましょうね。今回は、先月の手洗いに続き、うがいについて掲載しますのでご参照ください。

☆うがいのタイミング☆

- ・帰宅時・人混みから出た後・喉が乾燥した時・喉が痛く、調子が悪い時
- ・空気が乾燥している時・朝起きた時（口腔内の細菌数が最も多い）



耳の日

(3月3日)

耳の健康チェック・・・こんな症状が見られたら、耳鼻科に相談を

- 向かい合って話せば通じるが、背後から声をかけると返事をしない。
- よく耳を触っている。
- テレビの音量を大きくしたり、近づいて見る。
- 会話をしている、何度も聞き返す。
- 話しかけられてもぼんやりしている、後から聞き返したりすることが多い。

かかりつけの耳鼻科はありますか？

耳鼻科では、鼻炎のほか、普段よく見えない耳の中、耳垢の状況などを見てもらうことができます。（親が耳垢を取ろうとして、耳の中を傷つけたり、耳垢を詰まらせてしまうことがあるそうです）
子どもは耳の病気にかかりやすいので軽い風邪症状の際、耳の健康診断を受けるような気持ちで耳鼻科を受診するのもよいかもしれませんね。

※新型コロナウイルスオミクロン株感染症が大流行しています。
新型コロナは感染し、症状が消えた後も、便中にウイルスが長くて4週間残っている事が分かっています。
トイレ後、おむつ交換時など、しっかりと手洗い、除菌をしましょう！

お知らせ・・・くま組さんはMR(麻疹風疹混合)ワクチンⅡ期の接種はお済みですか？3月までに接種をしないと有料になってしまいますので、お早めに接種することをお勧めします。