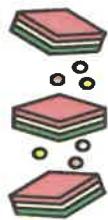




ほけんだより 3月号



令和7年2月28日
しらゆり保育園
看護師 奈良

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 耳をつめでひっかいたり、強くひっぱらない
- ② 耳掃除は綿棒で外耳道を拭き取る程度に行う
- ③ 鼻をかむときは、片方ずつ静かに
- ④ 耳のそばで、大きな音や声をださない



耳の健康チェック

こんな症状があれば耳鼻科に相談を

- 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。
- テレビの音量を大きくしたり、近づいて見る。
- 会話をしていて、何度も聞き返す。
- 話しかけられてもぼんやりしたり、後から聞き返したりすることが多い。
- よく耳を触っている。



たくさんの思い出でいっぱいとなった1年も締めくくりの時期となりました。子どもたちは、ひとつ大きくなるという喜びでいっぱいになる時期です。しかし、気持ちが不安定になる時期でもあります。普段と違う行動などがみられたら、何かストレスを感じているかもしれません。様子を注意してみてあげてください。

保護者の皆さんには様々のご協力をいただき、あらためて感謝申し上げます。子どもたちが元気に新年度を迎えるよう、最後のひと月も引き続き感染症予防に努めていきたいと思います。



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。 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
 毎朝、うんちをした 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

