



ほけんだより 3月号

令和8年2月27日
しらゆり保育園
看護師 奈良

3月3日は耳の日

耳は「音を聞く」「からだのバランスをとる」2つの働きをしています。耳は大切な役割をしていますが、病気になっても気づきにくい部分でもあります。特に乳幼児は症状をうまく伝えることができないので、おかしいなと思ったら、早めに耳鼻科やかかりつけ医に相談しましょう。

こんな症状があれば耳鼻科に相談を

- 何度呼びかけても、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。
- 会話をしている、何度も聞き返す。



中耳炎

子どもに多く見られる中耳炎は、細菌やウイルスに感染し起こる急性中耳炎。高熱や耳の痛みなどの症状、耳だれが出ることもあります。子どもが中耳炎になりやすいのは、風邪をひきやすいこと、鼻づまりをおこすと鼻水が外に出にくく、大人に比べて菌が耳に伝わりやすいからです。治療の基本は飲み薬で、きちんと治療すれば、1～2週間でよくなります。

急性中耳炎のサイン



1年間、健康に過ごせましたか？

お子さまと一緒に1年間の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つた項目は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

保護者の皆さまには様々なご協力をいただき、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られるよう、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ひます。

