

3月 ほけんだより

認定こども園あゆのさと

看護師 雨宮・石黒

2024.03.01

今年度も残すところあと1か月となりました。いろいろな行事や活動を経験するなかで、子ども達は大きく成長し、たくさんの思い出づくりができたと思います。一人一人の子ども達が自信を持って入学・進級できるように体調管理に気をつけていきたいですね。

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、強く引っぱったりしない。



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。



花粉症について

花粉症の季節がやってきました。最近乳幼児の花粉症患者も増加しているそうです。花粉症で最も多い「スギ花粉症」は、2月ごろから飛散が始まっています。ニュースや天気予報などでも花粉情報を伝えているので、こうした情報もうまく利用して、花粉の季節を乗り越えましょう。

花粉症の症状

鼻 > くしゃみ 鼻水 鼻づまり

目 > 充血 かゆみ

その他 > のどのイガイガ感・のどや耳の奥のかゆみ・体のだるさなど

症状が出る前に「予防」に努めることが大切です。疑わしい症状のあったときはひどくなる前に受診しましょう。

長期にわたるアレルギーの体質改善の薬は ご家庭での服用をお願いします。

健康調査票記入のお願い

お預かりしている健康調査票を3月8日に一度お返します。

進級に向け、予防接種や既往歴などの追加記入や継続中の病気やアレルギーの経過などを確認し、提出してください。

提出の締切は3月15日です。

提出していただく場合は、園玄関に設置してある「こえのはこ」に投函してください。

保護者印を忘れずに押してください。お願いします。年長児(ひまわり組)は、調査票をお返しません。提出は不要です。

★ つめを切って清潔に ★

つめが伸びていると、つめと指の間にバイ菌が繁殖しやすくなるだけでなく、集団生活の中でお友達や自分を傷つけてしまいます。1週間に1度はお子さんのつめをチェックして、こまめに切るようにしましょう。



毎月、ほけんだよりを読んでいただきありがとうございます。今年度も、早退や病院の受診をお願いしたり、書類の記入提出をお願いしたりと、保護者の方の負担になることもあったと思います。お忙しい中、ご理解ご協力いただき感謝しております。