



# ほけんだより 3月号

令和7年2月28日  
きたひだまり保育園  
園長 大石雅一  
看護師 高倉文

少しずつ暖かくなり始め、柔らかな春の日差しを感じるようになりました。1年前を思い出し、子ども達の表情や行動に、あらためて大きな成長を感じます。みんな元気に新年度を迎えられるよう、最後のひと月を大切に過ごしましょう。



## 耳の日

「3」は耳の形に似ていることから3月3日は耳の日と言われています。子どもは耳の病気にかかりやすいので、日頃からお子さまの様子をよく観察しましょう。

大切な耳を守るために  
気を付けたいこと！

- 鼻をすすらず、かむ習慣を付ける
- 鼻水は、ゆっくりと片方ずつかむ
- 耳の近くで大きな声や音を出さない
- 耳をたたかない
- 耳掃除は綿棒で外耳道を拭き取る程度に行う



## 3月1日～7日は【子ども予防接種週間】です

この期間は、予防接種に関する取り組みが、協力医療機関や各地域の予防接種センターにおいて実施されます。春からの新生活に向けて、予防接種の接種もれがないか「母子健康手帳」をご確認ください。感染症流行時や緊急時に予防接種歴を確認することがあります。予防接種を実施したら連絡帳または、『キッズレポ 健康の記録』でご報告いただきますようお願いいたします。



### 【2月の感染症】

RS ウイルス感染症 3名  
感染性胃腸炎 2名

※その他発熱や咳の症状が多くみられました。

### 【3月の保健行事】

18日(火) 012歳児身体測定  
19日(水) 345歳児身体測定  
28日(金) 0歳児健診

## 花粉症チェック!

花粉症に悩む人が多くなっています。「自分や子どもは大丈夫」と思っていないですか? 下の表でチェックしてみてください。

- かぜのような症状が長引いている
- さらさらした鼻水が出る
- ひどい鼻詰まり
- 目がかゆい
- くしゃみが続けて出る
- 毎年同じ時期に同じ症状が出る
- 家族にアレルギー体質の人がいる



2つ以上チェックが入った場合は、花粉症かもしれません。早めに眼科や耳鼻科の受診をお勧めします

今年度も感染対策、健康管理にご理解ご協力をいただきましてありがとうございました。今後も子どもたちの健やかな成長と安全な園生活をおくれるように取り組んでまいります。