



ほけんだより 3月号



令和7年2月25日
社会福祉法人国立保育会
宮前おおぞら保育園
看護師

寒さが少しずつやわらぎ、春の気配を感じられるようになりました。季節の変わり目は大人も子どもも体調をくずしがちです。生活リズムを見直していきましょう。

<3月3日は「みみの日」です>

耳は音やバランスなどを感じる器官です。耳の病気や聞こえの異常のサインを知って、早めの対応ができるようにしましょう。

<耳の病気>

鼻水の中にウイルスや細菌が繁殖し、耳管を通して耳の奥に入り中耳炎を起こすことがよくあります。耳の奥で炎症を起こし、うみがたまり熱を出したり、鼓膜を圧迫するため強い痛みが起こります。また、鼓膜が破れてうみ（耳だれ）が出ることもあります

<発熱など、風邪の症状に加えて>

- しきりに耳を触る、頭を振る
- 耳に触られるといやがる
- 機嫌が悪くなる、大泣きをする
- 夜、寝つきが悪い
- 鼻水が出るようになったら耳に気をつける



<聞こえの異常>

難聴の原因となる病気

- 滲出性中耳炎・・・急性中耳炎が治りきらないと、浸出液がたまりやすくなります。痛みや発熱など症状がないこともあるため発見が遅れることがあります
- おたふくかぜ（流行性耳下腺炎）・・・ウイルスが音を感じる部分に感染して難聴が起きる場合があります。おたふくかぜの予防接種を受けておくことをおすすめします

<チェック>

- 後ろから呼んでも気づかない
- 何度も聞き返すことが多い
- テレビの音を必要以上に大きくすることが多い

※※聞こえの異常は言葉の育ちにも影響する場合があります

<3月の予定>

- 4日(火)0歳児 身体測定
- 5日(水)1歳児 身体測定
- 6日(木)2歳児 身体測定
- 7日(金)3・4・5歳児 身体測定
- 26日(水)0歳児健診



○一年を振り返ってみましょう。できるようになったこと、やり残したことなど来年度に生かしていけると良いですね。

生活習慣については引き続き一歩ずつ継続し身に付けていきましょう。

○来年度も職員一同、お子さまが元気に過ごしていけるようサポートして参ります。今年度もご協力をいただきありがとうございました。

<感染症> (1/25~2/24)

- ・感染性胃腸炎：0歳児3名
- ・インフルエンザ：4歳児1名
- ・伝染性紅斑：1歳児1名、2歳児2名
3歳児1名
- ・咽頭結膜熱：0歳児1名



予防接種が順調に進んでいるか、再確認をお願いします。予防接種で防げる感染症もあります。積極的な接種をおすすめしております。

年度末、年度始めは環境の変化によって、体力が低下しがちになります。ご家庭では睡眠をしっかりと、体調に気をつけていきましょう。