

3月 ほけんだより

松山市 保育・幼稚園課
令和4年度 第12号

外遊びや散歩が心地よい季節となりました。
新年度を前に「一つ大きくなる」喜びでわくわくしている子もいれば、進級・進学を控えて気持ちが不安定になる子もいます。安心して新しい年度が迎えられよう、園と家庭が連携していきましょう。

「3月3日」耳の日 知っておきたい耳の異常のサイン

耳の病気 ～中耳炎～

子どもの鼻かぜを放っておくと、鼻水の中にウイルスや細菌が繁殖し、耳管を通して中耳に侵入して中耳炎を起こすことがよくあります。

鼻水・熱など風邪の症状に加えて

- ・しきりに耳を触る
- ・耳に触られるといやがる
- ・機嫌が悪くなる
- ・耳からうみ（耳だれ）がでる

このようなサインが見られたら中耳炎の可能性ががあります。



聞こえの異常

聞こえの異常には生まれつき聴力が弱い場合と、病気が原因となっている場合があります。

難聴の原因となる病気…滲出性中耳炎
おたふくかぜ など

聞こえの異常は、言葉の育ちにも影響します。
「聞こえにくい」サインに、早めに気づくことが大切です。
・テレビの音を大きくして見る
・後ろから呼んでも気づかない など

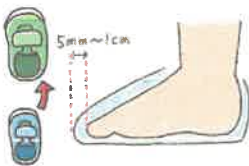


この1年でからだも ころも

大きくなりました！

子どもの成長にあった服を選びましょう

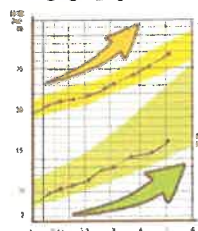
乳幼児期は一生で最も成長が早い時期。からだに合っていて活動しやすい服装であることが大切です。しゃがんだ時におしりや太ももがきつくないか、腕を上げた時に肩がきつくないか、ウエストのゴムがゆるんでいないかなどチェックしてみてください。



また、靴も忘れずに確認を。
子どもの足は一年で約1cm大きくなります。靴がきついと足の成長を妨げますし、ゆるすぎると転ぶ原因となります。サイズの合った靴をはくようにしましょう。

お子さんの成長を「見える化」してみませんか

園では、定期的に子どもたちの身長と体重を計測しています。計測の値を母子健康手帳などの成長曲線シートに記入して、成長を「見える化」してみましょう。



身長体重が順調に増えていくのが見えてきます。グラフのカーブに沿って育っている場合は心配ありません。長い目で子どもの育ちを見守りましょう。

<感染防止ポイント>

インフルエンザが流行中！！

- ・外から帰ったら手洗いとうがい
- ・適度な加湿
- ・栄養、睡眠の確保
- ・咳エチケットの実施