

ほけんだより 3

平成25年3月1日発行

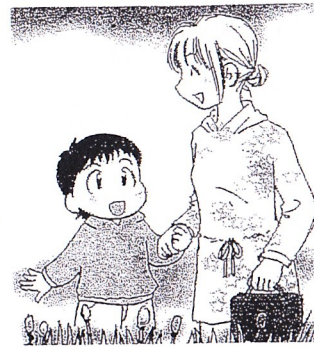
やわらかな早春の日ざしが、心地よく感じられる季節になりました。この時期の気候をあらわす言葉に、「三寒四温」があります。寒い日が3日続くと、その後は暖かい日が4日続く、という意味です。

子どもの成長も、これとよく似ています。暖かな日ばかりとはいえないけれど、もうすぐ春が来る。そんな思いで、気長に見守っていききたいものですね。

子どもも花粉症に

最近、園でも花粉症の子供が増えてきます。花粉症の場合、外出から戻ってきたら、衣服に付いた花粉を払い落とし、手や顔を洗うことでずいぶん違います。また外出時に、目薬や点鼻薬を指すのも有効です。

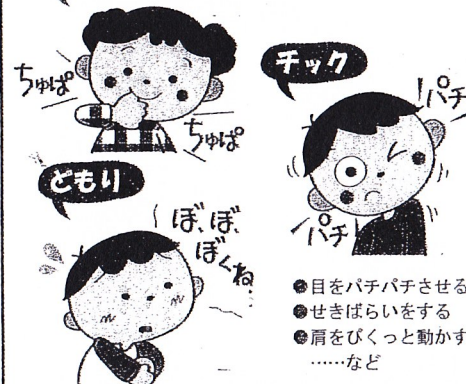
抗アレルギー剤を症状の出る季節の前から服用すると、花粉の季節になっても軽く済みます。症状がひどい場合は医師に相談してみてください。



進級・就学を控えて 気持ちが不安定になる 時期です

新年度を控え、多くの子どもたちが、「1つ大きくなる」という喜びでいっぱいな時期です。ただ、なかには、大人の期待を過剰に受け止めて、気持ちが不安定になる子どももいます。今までなかったのに、急に次のようなうすが見られたら、何かストレスを感じていることがないかどうか、注意してみてください。

指しゃぶり・つめかみ



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。



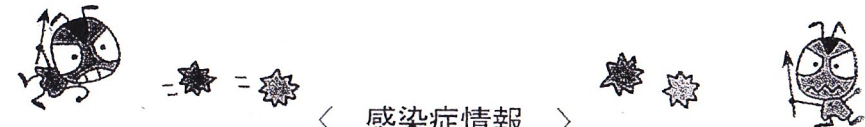
おたふくかぜに要注意

お子さんが、「耳が痛い」「ものを食べると痛い」と痛みを訴えたときは、要注意。耳の下にはれや痛みがないかどうか、確かめてください。



おたふくかぜの予防接種

おたふくかぜの予防接種は自費で受けることができます。接種してもかかることがありますが、とても軽く済みます。成人男性がかかると、不妊症の原因になることもあります。ご家族でかかった記憶のないかたがいる場合は、一度検査をしてみてください。免疫がない場合は予防接種をおすすめします。



＜ 感染症情報 ＞

2月のインフルエンザ発症児は1名のみでした。蔓延することなく、落ち着いています。

又、感染性胃腸炎も発症していません。

引き続き、手洗い、うがいの励行に努めていきたいと思ひます。