

保健だより 3月号

令和3年3月1日(月) 八千代保育園

3月になり、少しずつ寒さも和らいできそうですね。

しかし、この時期は朝晩だけでなく、日中も突然真冬の寒さが戻ってくることがあるので、上着など脱ぎ着のしやすいもので、衣服の調整をしていきましょう。

また、この時期は花粉症も気になります。子どものスギ花粉症は年々増えており、5~9歳で30.1%、10~19歳で49.5%と大人の発症率と変わりません。

(参考：鼻アレルギー診療ガイドライン-通年性鼻炎と花粉症-2020年版(改訂第9版):P10, 2020)

スギ花粉症は、原因物質の花粉が飛散する時期(1月下旬~4月)と

風邪やインフルエンザが流行する時期とが重なるため、判断が難しいかもしれません。

また、幼児では症状を具体的に伝えることが難しいため、まわりが注意を払う必要があります。

今年度も後一か月…。かぜ・花粉・コロナなど体調を崩さない様十分気を付けましょう。

※令和3年4月からは文京区では、厚生労働省の『保育所におけるアレルギー疾患生活管理指導表』を導入し「アレルギーガイドライン2019」に沿った対応になりますので、当園でも保育中に特別な配慮や管理が必要という事がありましたら、上記の書類の提出が必要になります。

詳しくは看護師又は職員までお声掛け下さい。

3月の保健行事

日程	内容
3月3日(水)	身体測定 : 全園児
3月23日(火)	0歳児健康診断 : 内海園医

耳の健康チェック 3月3日は耳の日です

こんな症状が見られたら、耳鼻科に相談を

- 向かい合って話せば通じるが、背後から声をかけると返事をしない。
- テレビの音量を大きくしたり、近付いて見る。
- 会話をしている、何度も聞き返す。
- 話しかけられてもぼんやりしたり、後から聞き返したりすることが多い。
- よく耳を触っている。



耳掃除の注意点

- まずは、子どもが耳に触られるのに慣れることから始めましょう。
- ゆったりとしたスペースで子どもを横向きに寝かせ、体勢を安定させましょう。
- 綿棒を使用する時は、耳垢を奥に押し込まないようにしましょう。
- 耳掃除は、耳の入り口から1~1.5cmまでにしましょう。
- 耳垢を取ることに終始せず、子どもがリラックスできることを心がけましょう。
- きれいに取れなくても、「じっとして偉かったね」などと声をかけてあげましょう。