



月号 ほけんだより



子どもの花粉症について

花粉症のシーズンがやってきました。花粉症の症状は風邪とまぎらわしいですし、子どもは症状をうまく言えません。気になるときは、小児科や耳鼻咽喉科などで相談しましょう。

花粉症の三大症状

くしゃみが出る 鼻水・鼻づまりが続く 目をこする

こんなサインに注意

花粉症の症状があっても、熱がないなら大丈夫、と油断しがちですが、花粉症の症状がずっと続くと不快だけでなく、さまざまな問題を招くおそれがあります。

◎口をいつも開けている

しつこい鼻づまりのために、口呼吸になります。乾いた空気が口からのどに入るため、風邪などをひきやすくなるおそれがあります。

◎なかなか寝ない

◎日中元気がない、機嫌が悪い

息苦しさのために、よく眠れなくなります。そのため、昼間に元気に遊べなかったり、機嫌が悪くなったりします。小学生になると、授業に集中できないなどの問題が起こってくることもあります。

2月の感染症報告

* 感染性胃腸炎 1件

いよいよ年度末の3月になりました。子どもたちはこの1年で、見違えるほど大きく、たくましくなりました。これからもそれぞれのペースで、成長していく姿を見守っていきたいと思います。卒園等で新しい生活を迎えるお子様、ご家族の皆様、今後の成長、ご活躍を応援しております。

3月3日は耳の日です

普段は耳がどんな働きをしているのか考えたことはありますか？耳を大切にする気持ちを思い出す日にしましょう。

耳の働きには

① 音を聞く ② 音の聞こえる方向を知る ③ 体のバランスをとる

気をつけたい耳の病気

◎急性中耳炎

鼓膜の奥の中耳と呼ばれる場所に、細菌やウイルスが入り、腫れが起こる病気です。風邪などをきっかけに起こることが多く、耳を痛がったり、熱が出たり、耳だれが出たりします。

◎じこうせんそく耳垢栓塞

耳あかがたまり固まった状態になり、聞こえづらくなります。耳には、耳あかを押し出そうとする力が備わっています。普段の耳のケアは、お風呂上りなどに耳の穴の入り口を綿棒でぬぐうだけでも OK です。耳あかがたまっているのに、耳そうじが難しいときは耳鼻咽喉科で相談しましょう。