

# 3

## 月号 ほけんだより



3月に入りこれから少しずつ暖かくなり、柔らかな春の日差しを感じられるようになります。4月からの入学・進級に向け、子どもたちのワクワクしている様子が見られます。あっという間に1年も終わりに近づいていますが、病気やケガに気をつけ、残りの日々も楽しく過ごしましょう。

### ✿ 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？耳を大切にすることを思い出す日にしましょう。

耳の働きは、**\*音を聞く \*音の聞こえる方向を知る \*体のバランスをとる** があります。



#### =主な耳の病気と症状=

急性中耳炎	鼓膜の内耳が炎症を起こす病気
	発熱／黄緑の鼻水／激しい耳の痛み／黄色い耳だれ／耳を触る
しん出性中耳炎	耳管や内耳の粘膜からにじみ出たしん出液が、中耳内にたまる病気
	耳の聞こえが悪い
外耳道炎	耳掃除のしすぎや、ひっかき傷から細菌が入って炎症を起こす病気
	耳に触ると痛がる／かゆくて耳を引っ張る／耳がにおう
耳垢栓塞	耳アカが外耳道を塞ぐまでたまってしまった状態
	耳がつまった感じ／かゆみ／聞こえが悪くなる

### ✿ 母子健康手帳を定期的に見直してみましょう

母子手帳は、お母さんの妊娠から出産、そして、お子様の出生から小学校入学まで(6歳)までの健康を記録するものです。お子様の成長を振り返り、新年度に向けた準備を進めるためにも、もう一度、母子健康手帳を開いてみましょう。



#### ・身体発達曲線に育ちを記録していますか？

身体発達曲線には、子どもの身長と体重の育ちの目安がのっています。ここに、お子様の身長と体重の測定値を線で結んでみましょう。成長曲線の目安と、お子様の測定値のグラフが平行に伸びていれば、順調に成長していることがわかります。

#### ・保管場所を決めていますか？

母子健康は、小学生になると使う機会が少なくなりますが、お子様にとっては大切な「健康の履歴書」です。大きくなってから必要な場面があります。家族で置き場所を決め、大切に保管しておきましょう。

#### ・予防接種の受けそびれはないですか？

3歳以降は予防接種の数が減るため、つい忘れがちですが、日本脳炎やMR、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)などの追加接種があります。また、二種混合など、小学校以降に受ける予防接種も記録できる母子手帳もあります。就学後もときどきチェックしてみましょう。

### ✿ 2月の感染症報告

・突発性発疹 2件 でした。