



ほけんだより



29. 2. 20
保育園夢未来井荻園

日一日と春に近づきながら・・・寒い日と暖かい日の気温差が激しいですね。東京では17日に春一番が吹きました。2月ももう終わりです・・・。

井荻園では1月のお正月明けにインフルエンザが大流行しましたがその後、世間で大流行していても井荻園のみなさまは元気いっぱいです。

今年は流行を先取りしてしまったようですね・・・。

ただ、今度はインフルエンザBが出てきています。井荻園では去年は3月にインフルエンザBが流行しました。まだまだ油断はできません！

このメンバーで過ごせる今年度もあと1か月ちょっと・・・。最後までお休みしないで いっぱい楽しい思い出を作っていきましょう！！



☆2・3歳になったら、鼻のかみ方を練習しましょう。

正しい鼻のかみ方

- ※片方の鼻を押さえて片方ずつかむ。しっかり口から息を吸う。
- ※ゆっくり、少しずつかむ。
- ※最後まで強くかみすぎない。

間違った鼻のかみ方

- ※両方の鼻を一度にかむ。
(鼻水が鼻の奥に追い込まれ副鼻腔炎になることがあります。)
- ※力任せにかむ。
(鼻血が出たり、耳が痛くなる場合があります。)
- ※鼻をほじる
(粘膜を傷つけて鼻血が出たり、細菌感染の原因になります。)



3月の0歳児健診

3月15日(水)14:10～

今年度最後の健診です。



鼻水が長引くのは病気のサイン？！



- ☆風邪をひいていないのにしょっちゅう鼻が詰まったり鼻水が出たりしている。
→アレルギー性鼻炎や副鼻腔炎などの疑い。
- ☆鼻詰まりがあり、しきりに耳を触る。
→急性中耳炎の疑い。
- ☆いつも目やにや鼻水が出ている。
→鼻涙管閉そくや結膜炎の疑い。

副鼻腔炎とは・・・

顔の骨の中にある空洞(副鼻腔)に炎症が起こった状態を副鼻腔炎といいます。慢性化してしまうと、うみがたまった状態が続く事もあります。風邪が原因で起こる事が多くネバネバした黄色っぽい鼻水が出たり、頭が重く感じたり、注意力が散漫になったり発熱することもあります。