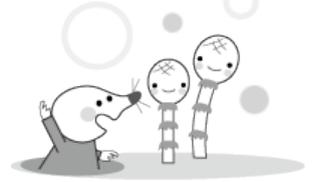




平成31年2月26日
保育園夢未来錦糸町園



ほけんだより



晴れた日の日差しに春の訪れを少しずつ感じるようになりましたが、まだまだ寒さも続いています。2月上旬にインフルエンザも出ていましたが、今では子ども達はとても元気に、全員登園する日もあるほどです。でも、これからは気候の変化により体調を崩しやすくなります。今年度最後の1ヶ月もみんな元気に過ごしていけるように、体調管理には十分に気をつけていきましょう。

【3月3日は耳の日 ～中耳炎について～】

鼓膜の奥にある中耳は、“耳管”という管で喉や鼻とつながっています。子どもの耳管は太くて短く、咽頭に対してほぼ水平に近い所に位置する為、風邪を引くと鼻からウイルスや細菌が入って急性中耳炎を起こし、痛みや熱が出ます。

【発症したら】・炎症を起こしているので冷やします。(冷やし過ぎに注意。気持ちが良いと思う程度にしましょう。痛みのピークはずっとではありません。)その後、受診をしましょう。

・医師の“治った”という診断が出るまで治療をします。自己判断で中断すると慢性中耳炎や難聴の原因になります。

【予防法】・こまめに鼻をかんで鼻水を出すことです。吸引器を使用したり、耳鼻科に行ってお出してもらい、鼻からウイルスや菌が入るのを防ぎましょう。

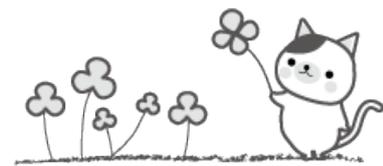
寒さに負けず元気にあそびましょう。

背筋をピンと伸ばしましょう。

☆乳幼児期は「背骨」や「背骨を支える筋肉」が成長発達していく大切な時期です。

☆幼児期は・・・

- ・背筋を伸ばして、土の上、砂利道、坂道、雪の上など、色々な場所を歩く経験をしましょう。
- ・ジャンプしたり、走ったりすることが、骨や筋肉を鍛えて、良い姿勢を作ります。



3月の0歳児検診は、

3月14日(木)10:30~です。

※全クラス身体測定を行います。

※新園児の入園前健康診断も同時に行います。

囑託医の先生から・・・

賛育会病院ではインフルエンザのピークは過ぎました。今とても落ち着いています。季節の変わり目に入りますので、元気に過ごしていけるように今後も体調に気をつけていきましょう。

