



# おはなだより 3月

2024年 3月1日発行  
病児保育 おはな  
保育士 井芹 香

たくさんの思い出でいっぱいとなった1年も締めくくりの時期となりました。4月の頃に比べ、心も体も大きく成長した子どもたち。4月から新たな気持ちでスタートを切れるように、今から生活習慣をしっかり見直しましょう。



## 耳の日



「3」は耳の形に似ていることなどから3月3日は耳の日と言われています。子どもは耳の病気にかかりやすいので、日頃からお子さまの様子をよく観察しましょう。

大切な耳を守るために  
気を付けたいこと！

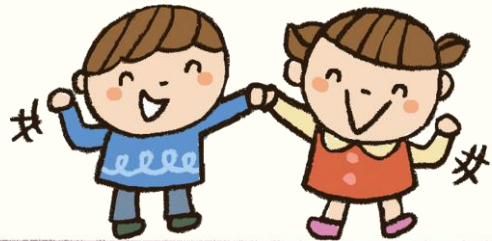
- ・鼻をすすらず、かむ習慣を付ける
- ・鼻水は、ゆっくりと片方ずつかむ
- ・耳の近くで大きな声や音を出さない
- ・耳をたたかない
- ・耳掃除は綿棒で外耳道を拭き取る程度に行う



## 1年間、健康に過ごせましたか？

お子さまと一緒に1年間を振り返ってチェックをしてみてください。チェックのできなかった項目は4月からの目標にしてみましょう。

- 早寝早起きができた
- 朝ご飯は毎日食べた
- 好き嫌いをせずに何でも食べた
- 食後は歯みがきをした
- 毎朝、うんちをした
- 外でたくさん遊んだ
- 外から帰ったら手洗い・うがいをした
- 友達と仲良く遊ぶことができた



## 咽頭炎・扁桃炎

子どもが喉の痛みを訴えたら、ウイルスや細菌に感染して、喉に炎症を起こしているのかもしれない。喉の中心に炎症を起こし、発熱や咳など、かぜの症状が現れるのが咽頭炎(いんとうえん)、喉の横の扁桃が炎症を起こし、高い熱が出るのが扁桃炎(へんとうえん)。どちらも咳がひどく、喉が痛むことがあります。脱水症状に気を付け、少しずつ水分補給をしましょう。

食べられなくても水分補給はしっかり！ 喉ごしのよい物や柔らかい物を与えましょう。



## 2月 病児保育利用状況

急性鼻炎 滲出性中耳炎 急性咽頭炎  
インフルエンザ A型 インフルエンザ B型  
アレルギー性鼻炎 急性上気道炎  
急性胃腸炎 風邪症候群