



ほけんだより 3月



令和6年 白鳥保育園 看護師

いよいよ年度末の3月になりました。こども達はこの一年で、見ちがえるほど大きくなってきました。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。

3月3日は「耳の日です」

どうしよう!?

耳に、鼻に、ものが入ってる!



子どもが花や耳に小さなものをいれてしまうことがあります。痛みがあればすぐ気づきますが、痛みがないと「耳掃除で見て、初めて気づく」など、時間が経って発見することもある。

注意 無理に取るうとせず、病院へ

取ろうとして、かえって奥に押し込んでしまいがち。無理せず、小児科か耳鼻咽喉科で取ってもらいましょう。

●こんなものが入っていたことも……
ビー玉、豆類、BB弾、ボタン、植物の種、ピアスのキャッチ など

「入れちゃダメ」「すぐ教えて」と教える

耳や鼻にものを入れてはいけないうとしっかり言い聞かせましょう。また、もし何か入ってしまったら、すぐに大人に伝えるよう教えておくことが大切です。

大切な耳を守るために気をつけたいこと

- ・鼻はすすらず、やさしくかむ習慣をつける
- ・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、綿棒で外耳道をふき取る程度に

2月の感染症	
インフルエンザA型 (本園1名)	溶連菌 (本園1名)
インフルエンザB型 (本園4名)	流行性角結膜炎 (分園1名)

母子健康手帳、定期的に見直してみませんか？


母子健康手帳は、お母さんの妊娠から出産、そしてお子さんの出生から小学校入学(6歳)までの健康を記録するものです。引っ越ししたり、転院したりしても、お母さんとお子さんの健康を切れ目なくサポートするための大切な記録です。



チェック!

身体発達曲線に育ちを記録していますか？

身体発達曲線(成長曲線)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、お子さんの身長と体重の測定値を記入し、線で結んでみましょう。成長曲線の目安と、お子さん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。

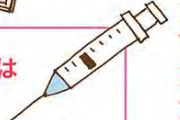


チェック!

予防接種、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(おたふく風邪)などの追加接種があります。せっかく最初の接種を受けても、追加接種を受けないと免疫が十分につきません。追加接種を受けそびれないよう気をつけて。


また、二種混合や子宮頸がんワクチン(HPVワクチン)など、小学校以降に受ける予防接種も記録できる母子健康手帳もあります。就学後もときどきチェックしましょう。



チェック!

保管場所を決めていますか？

母子健康手帳は、小学生になると使う機会が少なくなりますが、お子さんにとっては大切な「健康の履歴書」。将来、留学や仕事などで予防接種の接種歴を見るなど、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。



中学生や高校生になったとき、成長を振り返る記録に!

母子健康手帳を使うのは主に6歳までですが、それ以降も大切に保管しておきましょう。大きくなってから、本人が成長を振り返るときにも母子健康手帳は便利です。