



# 3月ほけんだより



寒さが和らぎ春の気配を感じられるようになりました。子ども達はこの一年で見ちがえるほど大きく、たくましくなりました。これからもそれぞれのペースで成長する姿を見守っていきたく思います。



## 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**とされています。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



## ことばと聴力



- 0～4歳は言葉を覚える重要な時期。
- この時に両耳が聞こえない状態だとことばの習得が難しくなります。
- 難聴は生まれつきのことが多いのですが、中耳炎などの耳の炎症から難聴になることもあります。
- 子どもの耳の健康について日頃から気を付けて行くようにしましょう。



## 1歳でも花粉症になる？

花粉症になるのは小学生ころからと言われていましたが、最近は少ないながらも1歳過ぎでかかる子もいるそうです。小さい子はつらさを言葉で伝えることができないので、気になる症状が見られたら、一度病院の受診をお勧めします。

### 気になる症状

水っぽい鼻水が続く

外に出たときに目をかゆがる

目がくじゅくじゅしている



### なってしまったら

- 花粉の飛ぶ時期は、布団を外に干さない
- 部屋に入るときは、服に付いた花粉をはらう
- 外から帰ったら、ぬれたタオルで顔をふく



## ありがとうの日

3月9日は「サンキュー」のごろ合わせで「ありがとうの日」です。

日頃から新型コロナウイルス等の対応にご協力いただきありがとうございます。

また、一年間ほけんだよりをご覧いただきありがとうございました。次年度もよろしくお願いいたします。

