



# 3月のほけんだより

2018. 3. 1発行  
田園調布学園大学  
みらいこども園  
(看護師一場峰子)

3月になり、少しずつ寒さも和らいできました。しかし、この時期は朝晩だけでなく、日中も突然真冬の寒さが戻ってくることがありますので、上着を準備するなどして衣服の調節をしましょう。みらいこども園では12月中旬頃よりインフルエンザ・溶連菌感染症に罹ったお子さんが多くみられました。家族全員が感染してしまったご家族もありました。集団生活の中での感染症予防するには、予防接種と早めの対応や日頃からの手洗い、うがいをしっかりとすることが大切です。今後も予防に努めましょう。



## 3月3日は耳の日 子どもに多い耳の病気



### 急性中耳炎

#### どんな病気？

中耳に入り込んだ細菌やウイルスによって急性の炎症が起こり、膿がたまる病気です。かぜをひいたときに、鼻やのどの炎症に続いて起こることが多いです。

#### 症状は？

- ・ズキズキとする激しい耳の痛み
- ・発熱・耳だれ
- ・耳がつまった感じなど

#### 注意点は？

途中で治療をやめると、滲出性中耳炎などに移行することもあります。最後まできちんと治療するのが大切です。

### 滲出性中耳炎

#### どんな病気？

鼓膜の奥の中耳腔という部屋に、液体が溜まる病気です。

#### 症状は？

聞こえにくくなることにおおいです。ただし、軽度だと気づくのが遅れることも。

- ・テレビのボリュームを上げたがる
- ・呼びかけても返事をしない

などが見られたら注意が必要です。強い痛みや発熱はあまり見られません。

#### 注意点は？

治療が不十分だったり、放置すると入院や手術が必要になることもあります。

長期戦になるケースも多いですが、治療をしつかりすることが大切です。



## 1年間健康にすごせましたか？

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よう。

- 早寝早起きができた
- 朝ご飯は毎日食べた
- 毎日うんちが出た
- 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

