



3月のほけんだより

2025.3.1 発行
田園調布学園大学
みらいこども園
(看護師 板橋 裕希子)

園庭の木々や花の芽もふくらみ始め、少しずつ寒さがやわらいできました。しかし、この時期は突然真冬の寒さが戻ってくることも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。1年間健康に過ごせましたか。病気やけがに気を付け、残りの日々も楽しく過ごしましょう。

3月3日はみみの日



幼児期になると耳鼻科を受診する機会が減ってきます。痛みを伴わない疾患は見過ごされることもあり、疾患や聞こえに問題がある場合には、耳を触ったり、声が大きくなることもあります。早期発見、早期治療が大切です。気になることがあれば受診をしましょう。

健診のお知らせ



3月13日(木) 13:00
2月に欠席した0.1歳児
前回の健診時欠席のお子さん

※都合により日程が変更になることがあります。その都度事前にご連絡いたします。

鼻かみ指導



そらぐみで鼻かみ指導を行いました。鼻水はバイキンを体の外に出すために出るんだよ。鼻と耳は繋がっているから耳が痛くなることもあるよ。お友達が鼻水でてたらどうする？ティッシュの場所をおしえてあげよう。

鼻水をすすると中耳炎を引き起こすこともありますし、力任せにかむと鼻血が出たり耳が痛くなったりしますので片方ずつやさしくかみます。

鼻からフンと息を出す練習をしました。画用紙の上にお花紙をおき、口を閉じて鼻から息を出します。するとお花紙が動いたり、落ちたりします。ほとんどのお子さんがお花紙をふくことができました。

鼻水がでていることをしらせる。ティッシュで拭くことができる。から片方ずつ鼻をかめるようになっていきましょう。鼻づまりがひどいときは吸引が適する場合があります。

手洗い指導

ほしぐみとぶどうぐみで手洗い指導を行いました。手洗いチェッカーを用い担任が手洗いし汚れ残りを確認した後、ほしぐみさんは、おててポンスタンプをバイキンに見立て手洗いをしました。順番は覚えていたようです。丁寧に手洗いするお子さんがほとんどでしたがスタンプだけ落とそうと頑張る姿もありました。

ぶどうぐみさんは先生の汚れ残りを確認すると一目散に水道に向かい手洗いを始めました。いつもより丁寧な手洗いでした。

食事前、外出後、トイレの後、と手洗いのタイミングを再確認しました。胃腸炎も流行っていますのでトイレ後の石けん手洗いが重要です。実際の手洗いの場でも確認し意識を高めていきます。