



3月のほけんだより

平成31年3月1日発行
戸塚愛児園

今年度も残すところあと1か月となりました。1年前を思い起こし、子どもたちひとりひとりの表情、行動に、あらためて大きな成長を実感しています。みんな元気に新年度を迎えられるよう、最後のひと月、たいせつに過ごしましょう。

耳を健康に!

3月3日は耳の日です。ちょっとした不注意が、中耳炎・外耳炎の原因になることもあります。日ごろから気をつけるようにしましょう。

1 耳をつめで引っかいたり、強く引っばったりしない



2 耳あかがたまっていないか、こまめにチェック



3 鼻をかむときは、片方ずつ静かに



4 耳のそばで、大きな音や声を出さない



子どもも花粉症に

最近、園でも花粉症の子どもが増えています。花粉症の場合、外出から戻ってきたら、衣服についた花粉を払い落とし、手や顔を洗うことでずいぶん違います。また、外出前に目薬や点鼻薬を差すのも有効です。



症状がひどい場合は、医師に相談してみてください。

2月の感染症

インフルエンザA型・・・19名

1月中旬から2月にかけてインフルエンザA型が流行しました。中にはインフルエンザに2回罹る園児も数名みられました。

これから春にかけてインフルエンザB型や胃腸炎、花粉症などにも気をつけましょう。インフルエンザB型は、微熱程度で胃腸炎症状が出るのが特徴です。これらの症状などが見られた場合は、早めに病院を受診しましょう。また、引き続き、外から帰ったら手洗い、うがいを習慣付け、咳が出る時はマスクを着用しましょう。

体調管理には十分気を付けて無理をしないようにして下さい。

集団感染予防のために、発熱や体調不良など、早めにご連絡をさせて頂きますので、お迎えの手配などご協力をお願いいたします。

