



# つくしんぼだより 3月号

平成30年2月23日  
石原かがやきこども園  
体調不良児保育担当  
鈴木:青木

3月になり、春めいてきました。1年間、大きなけがや病気もなく過ごすことができましたか？ 規則正しい生活は送れましたか？ お子さまと一緒にこの1年の健康面を振り返るとともに、4月に向けて虫歯など治療が必要なものは早めに済ませましょう。

## 今期は油断できません。インフルエンザ

今月に入りインフルエンザに罹る園児が急増しました。ほとんど子がインフルエンザB型です。例年ですと、12月ぐらいからインフルエンザA型が流行り、2月頃からB型が流行り始めるのですが、ニュースなどでも報道されているように全国で今年はA型、B型が同時期に流行しています。B型に罹った人がA型に罹る場合もあります。園ではインフルエンザでお休みしている園児（2月20日現在）は数名と下火にはなっていますが、油断は禁物です。また、インフルエンザだけではなく、溶連菌やおたふく、風邪など色々な感染症にも注意が必要です。



## 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、かむ習慣をつける
- ・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

## 風の強い日は、花粉に注意

そろそろ花粉症の季節です。最近ではこどもの花粉症も増えてきています。今まで症状が出なくても、ある年から突然始まることもあるので、目がショボショボしてかゆい、鼻水が止まらないなどの症状が続く場合は花粉症かもしれません。鼻や目の不快な症状のほかに、憂うつになったりイライラしたりします。早めに受診して対応しましょう。事前に花粉症だということがわかっているときは、予防薬について医師と相談しましょう。

家に帰ってきたら、玄関先で服や髪の毛についた花粉を払い落とし、家の中に入ってから手洗いうがいの他、顔も洗いましょう。



## 1年間健康に過ごせましたか？

お子様と一緒に1年間を振り返ってチェックをして見ましょう。チェックできなかった項目は4月からの目標にしてみよう。

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 友達と仲良く遊ぶことができた | <input type="checkbox"/> 早寝・早起きができた       |
| <input type="checkbox"/> 朝ごはんは毎日食べた     | <input type="checkbox"/> すきらいをせずになんでも食べた  |
| <input type="checkbox"/> 毎朝、ウンチをした      | <input type="checkbox"/> 食後は歯みがきをした       |
| <input type="checkbox"/> 外でたくさん遊んだ      | <input type="checkbox"/> 外から帰ったら手洗いうがいをした |



つくしんぼ利用状況 発熱 2人 頭痛 1人  
今月の園の感染症状況（2月1日～2月20日） インフルエンザ 61人（職員4人含む）