



# ほけんだより 3月号

令和8年3月1日 青梅梨の木保育園



全国的にインフルエンザB型が流行し、東京都もインフルエンザ流行警報が発令されています。当園では流行は見られていませんが、生活リズムを整えて注意していきましょう。

早いもので今年度の保育もいよいよ最終月になりました。大きなけがや病気になるお子さんもなく、元気に過ごすことが出来ました。これからもご家庭と協力しながら、健康な体作りが出来るように取り組んでいきたいと思えます。1年間ご理解、ご協力をいただきましてありがとうございました。

## 「3月3日」耳の日

## 知っておきたい耳の異常のサイン

子どもはかぜなどの感染症から耳のトラブルを起こすことがしばしばあります。早く対応出来るよう、耳の病気や聞こえの異常のサインを知っておきましょう。

### 耳の病気

子どもが風邪をひいて鼻水が出ているのを放っておくと、鼻水の中にウイルスや細菌が繁殖し、耳管を通して中耳に侵入して中耳炎を起こすことがよくあります。中耳の中で炎症が起こってうみがたまり熱を出すことや、鼓膜を圧迫するため強い痛みが起こります。また、鼓膜が破れてうみ（耳だれ）が出ることも。

### 発熱など、風邪の症状に加えて……

- ・しきりに耳を触る、頭を振る
- ・耳に触られるといやがる

痛みや違和感のために、耳を触ったり、頭を振ったりします。また、痛みのためにきげんが悪くなったり、夜なかなか寝なくなったりします。



### 聞こえの異常

聞こえの異常（難聴）には、生まれつき聴力が弱い場合と、病気が原因となっている場合があります。

### 難聴の原因となる病気は？

#### 滲出性中耳炎

急性中耳炎が治りきらないと、中耳にサラサラとした液（滲出液）がたまります。痛みや発熱などの症状がないため、発見が遅れることがあります。

#### おたふくかぜ（流行性耳下腺炎）

原因となるウイルスが内耳（音を感じる部分）に感染して、難聴を起こします。流行性耳下腺炎の予防接種を受けて、感染を防ぐことが重要です。

聞こえの異常は、言葉の育ちにも影響します。子どもは「聞こえにくい」ことに気づきにくく、正確に言えません。聞こえにくいサインを知って、早めに気づくことが大事です。

### 手元カメラ

#### テレビの音が大きい

テレビの音を、必要以上に大きくします。



#### 後ろから呼んでも気づかない

後ろから名前を呼んでも振り向かなかったり、返事をしなかったりします。左右差がある場合もあります。



- ・花粉症の症状があるお子さんが増えて来ました。気になる症状がある場合は、受診をしましょう。処方された点眼薬はお預かりをすることが出来ます。ご相談ください。
- ・進級に向けて「健康の記録」の見直しをお願いいたします。(0~4歳児)

4日(水)に返却します。追加・訂正箇所を記入し、10日(火)までに返却時の封筒に入れて提出してください。予防接種欄は母子手帳と照らし合わせて確認してください。