



ほけんだより

2023年3月

ふじみ保育園
保健室

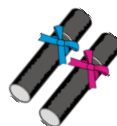
今年度もあと1か月になりました。「弥生」3月、草木がさかんに成長する様子をあらわす「いやおい弥生」が語源とされています。大人にとってはあっという間の1年でしたが、日ごとにどんどん成長している子どもたちの姿に、ぴったりかさなる言葉です。

体だけでなく心も豊かに育ち、一人ひとりの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に、1か月間大切に過ごしましょう。

3の目標

耳を大切にする

成長の喜びを知る



3月の予定

園医健診 25日(金) たんぽぽ

2月の感染症は溶連菌感染症がしいのみから4名・まつぼっくりから3名の報告がありました。また、園全体で胃腸炎の報告が24件ありました。例年に無い位の数でした。保護者の皆様にはお忙しい中、お迎えやお休みのご協力ありがとうございました。

今年は新型コロナウイルスだけではなく、インフルエンザや溶連菌・胃腸炎など色々な感染が見られた年でした。しかしマイナスだけではなく、子どもたちも「自分のからだは自分で守る」方法をしっかり身につけて、手洗いも去年に増して上手に洗えているように思います。来年度も引き続きみんなで感染対策を行っていきましょう。

朝、顔を洗っていますか？

朝子どもたちに「おはよう！」と声をかけると、今日の朝ご飯はなんだったのかな？と想像したくなります。牛乳飲んできたのかな？ケチャップ？ジャム？目玉焼き食べたかな？口の周りに残ったまま保育園に来たのかな。身体測定をしながら「朝、顔洗ってきた？」と聞くと「洗ってないよ！」と元気よく返事が返ってきました。

朝登園するまえに、顔を洗うことと歯磨きすることは、1日の始まりの大事な生活習慣のひとつです。

小さいからまだいいや、と思わずに今からきちんと習慣づけたらなと思います。



耳ってなにをするの

☆音が聞こえるしくみ

音は、耳介からはいり、外耳道を通り、鼓膜を振動させます。振動はツチ骨・キヌタ骨・アブミ骨（耳小骨）を通じて蝸牛に伝わり、電気信号に変わります。それが蝸牛神経を通じて脳に伝わります。

☆耳で体のバランスを取っている

耳の奥にある「三半効か規管」というところが体の傾きを感じとり、人はバランスをとることができます。

☆トンネルの「ツーン」を直す方法

列車がトンネルに入ったときに、耳がツーンとすることがありますね。直すには、つばを飲み込んだり、口を大きくあけましょう。ききめがあります。

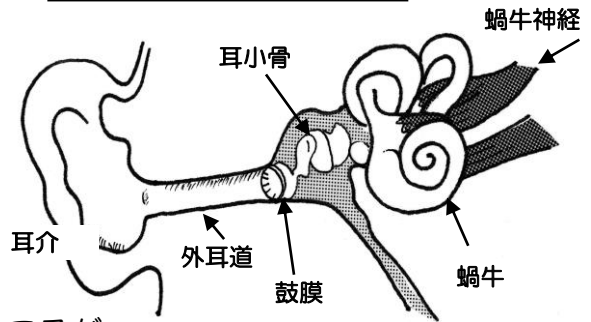
☆注意しよう中耳炎

かぜをひいたかなと思ったら、急性中耳炎にかかることがよくあります。のどや鼻で増えた細菌が、のどと耳をつなぐ管（耳管）を通過して中耳に入り、炎症を起こすためです。

子どもは耳管が短く、抵抗力も弱いので、中耳炎に罹りやすいのです。

滲出性中耳炎は、鼓膜の奥に液体がたまって起こります。音が耳の奥に伝わりにくいため、聞こえが悪くなります。

3月3日は耳の日



☆耳にまつわることわざ！！☆

耳にタコができる…何度も同じことを聞かされ、うんざりすること。

このタコは皮膚にできるタコのこと。

寝耳に水…突然の出来事におどろくこと。

馬の耳の念仏…他人の意見を全然聞かないので、何を言ってもムダなこと。



1年をふりかえり

- 早寝、早起きができましたか？
- 朝ご飯は毎日食べていましたか？
- 好き嫌いなくなんでも食べましたか？
- お友だちと仲良くできましたか？
- テレビやビデオ、(ゲーム)は時間を決めてしていますか？
- たくさん体を動かして遊びましたか？
- 歯みがきはきちんとしましたか？
- 手洗い、うがいは出来ましたか？
- 挨拶はきちんとできましたか？

チェックしてみよう！

