



ほけんだより

2025年3月 もも保育園

2月病欠欠席状況

- ヒトメタニウモウイルス感染症 3名
- アデノウイルス感染症 1名
- 胃腸炎 2名
- 新型コロナウイルス感染症 2名

いろいろな感染症が流行しています。引き続き登園前の健康観察（検温・体調観察）、手洗い・マスク・咳エチケットを行い感染予防に気をつけて過ごしていきましょう。前日に発熱があった時や、体調のすぐれない時はお家で一日ゆっくり過ごしましょう。保育園での感染拡大予防にもご協力ください。

○通院を必要とする怪我はありませんでした。

○ひまわり組は保健指導でも就学準備をすすめています。

1月は和式トイレの使い方を各自、実践しながら学びました。2月は身体の仕組みや怪我の応急処置、大切な心臓について知り、自分の身体の聴診をしました。3月は、いのちの大切さについて話す予定です。

寒い日が続いていますが、早寝早起きの習慣もつけていきましょう！

予防接種を確認しましょう

4種混合ワクチン：4回（ジフテリア、破傷風、百日咳、ポリオ）
 ヒブワクチン：4回（細菌性髄膜炎、細菌性肺炎、喉頭蓋炎）
 →4種+ヒブの5種混合ワクチンに移行しています

- HBワクチン：3回（B型肝炎）
 - 小児用肺炎球菌ワクチン：4回（肺炎、髄膜炎、重い中耳炎）
 - ロタウイルスワクチン：1価は2回。5価は3回（ロタ胃腸炎）
 - BCGワクチン：1回（結核）
 - 水痘ワクチン：2回（水ぼうそう）
 - おたふくかぜワクチン：2回（おたふくかぜ）
 - MRワクチン：2回（麻疹、風疹）1歳と就学前
 - 日本脳炎ワクチン：3回（プラス9歳で追加接種あり）（日本脳炎）
- 蚊を媒介とする病気です。3歳になったら接種用紙が送られてきますが、6ヶ月から接種できます。早くを希望される場合は保健センターへ問い合わせましょう。

就学までにはこれらの予防接種を済ませられると安心ですね。

傷の手当てあれこれ

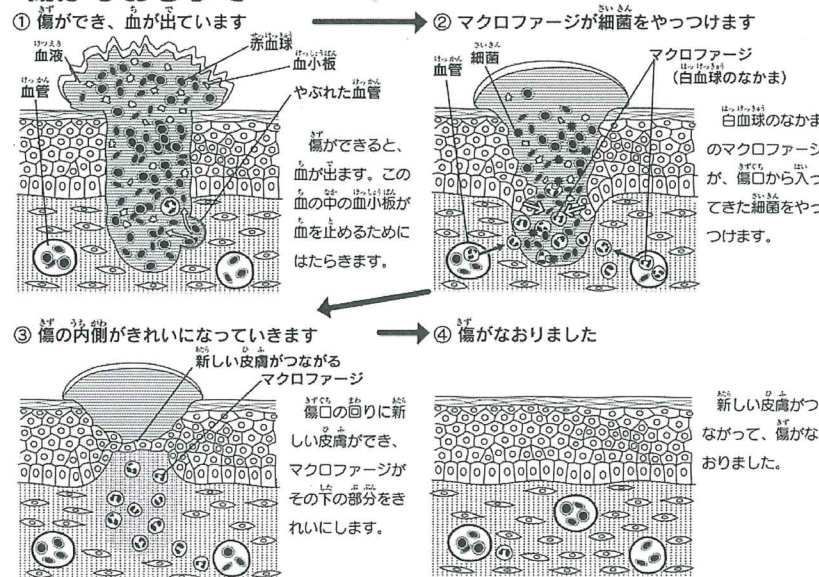
切傷、すり傷、ひっかき傷など、日常起こりやすいケガの手当てについて再確認です。

昔は傷を消毒し乾燥させて治す、ドライヒーリングが主流でした。最近ではモイストヒーリング（浸潤療法）で治すことで傷跡が残りにくく、治りが早いと言われています。傷口に付いた汚れをきれいに流水で洗い、その後は傷口から出る体液『滲出液（しんしゅつえき）』を保つことによって治します。傷の周りが赤くなる、痛みがひどくなる、異臭がするときは、化膿しているかもしれません。早めに皮膚科を受診しましょう。また、創傷被覆材はすべての傷に使用できる訳ではありません。使用の目安や適性年齢・使える場所等、使用説明書をよく読んで使い分けましょう。

保育園での傷の処置方法

- ① 傷口を水道水で流し、砂などの異物をしっかり取る。
- ② 清潔なガーゼや絆創膏にワセリンを塗って傷に貼る。
 病院受診を要すると思われるケガの場合は、清潔なガーゼを貼り受診します。

傷がなおるまで



傷が回復するまでには数日かかります。降園後は、ご家庭でも入浴後等に引き続き手当てをして頂き、治るまでは毎日様子をみて下さるようお願いいたします。また、傷が日焼けすると傷跡が残ることもありますので、UVカットのテープを使用するのも良いでしょう。

3月3日は耳の日です



耳が2つあるのはどうして？

真正面から聞こえた音は、左右の耳に同じ強さで聞こえますが、片側からの音は音に近い耳で強く聞こえます。つまり耳が2つあることによって、音のする方向を聞き分けることができるのです。

耳はバランスをとる働きも！

耳は、「音を聞く」他に、「体のバランスをとる」という働きをしています。耳の奥にある三半規管というところが、体の傾きや動きなどを感じ取っているのです。



耳そうじについて(お家でやる場合には)

- ・耳掃除しているときは、周囲の状況に注意しましょう。
 (子どもやペットなど側にいないかなど)
- ・耳かき棒や綿棒などを子どもの手の届く範囲に放置しないようにしましょう。
- ・無理して耳かき棒などを、耳の奥まで入れないようにしましょう。
 また、子どもには耳かき棒でなく綿棒がお勧めです。
- ・お風呂上りは、皮膚がふやけて傷付きやすいのでできれば避け、耳の入口付近だけをやさしく掃除しましょう。

1年間、健康に過ごせましたか？

お子さまと一緒に1年間の振り返ってチェックをしてみてください。チェックのできなかつた項目は4月からの目標にしてみましょう。

- 早寝早起きができた
- 朝ご飯は毎日食べた
- 好き嫌いをせず何でも食べた
- 食後は歯みがきをした
- 毎朝、うんちをした
- 外でたくさん遊んだ
- 外から帰ったら手洗い・うがいをした
- 友達と仲良く遊ぶことができた

