

# 3月 ほけんだより

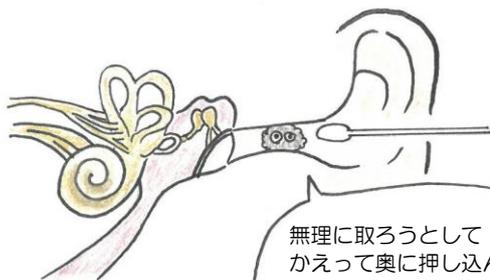
松山市 保育・幼稚園課  
令和6年度 第12号

外遊びやお散歩が心地よい季節となりました。

新年度を前に「一つ大きくなる」喜びでわくわくしている子もいれば、進級・就学を控えて気持ちが不安定になる子もいると思います。お子さんの様子で気になることがあればいつでもご相談ください。

## 「3月3日」耳の日 耳は音を聞いたり、体のバランスを感じ取ったりする大切な器官です

みみ  
耳そうじには  
ご注意を!!



家で無理に取らなくて大丈夫だけど、その場合は定期的に耳鼻科できれいにしてもらってね。  
(個人差があるので、受診間隔はかかりつけ医と相談を)

※日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会「子どものみみ・はな・のどの病気 Q&A」参考

### 子どもの耳トラブル

#### ① 耳に何か入ってしまった!

小さい子どもは、耳や鼻に豆類・ボタン・ビーズやブロックなどの小さいおもちゃ等を入れてしまうことがよくあります。

☆気づいたらすぐに耳鼻咽喉科で取ってもらいましょう。  
☆耳や鼻に入れてはいけないこと、もし入ってしまった時はすぐ大人に伝えることを繰り返し教えましょう。

#### ② 中耳炎になったかも!?

中耳炎とは、風邪やアレルギー性鼻炎等がきっかけで、鼻の奥に増えた菌が耳管を通り、鼓膜の内側にある中耳部分が炎症を起こした状態のことです。

お風呂などで耳に水が入っても中耳炎を引き起こすわけではありません

#### 急性中耳炎のサイン

✓発熱 ✓耳の痛み ✓よく耳を触る ✓不機嫌 ✓耳だれ

☆こんな様子が見られたら、早めに小児科・耳鼻咽喉科へ(きちんと治療すれば多くの場合1~2週間で治ります)

## 3月9日は『サンキューの日』です!



子どもの発達には、「愛着」が重要だとされています。「愛着」は、乳幼児と養育者との間に生まれる信頼感や安心感・心の絆です。「愛着」は、生きる力の基礎となり、その後の自我、社会性、意欲など、心の成長・発達の土台となります。

日々の生活の中でついおざなりになりがちですが、「ありがとう」の言葉や気持ちと共にぎゅっと抱きしめたりスキンシップを取ったりすることで、子どもも大人も信頼感と安心感が育ちます。

3月9日は、3と9の語呂合わせで『サンキューの日』。おうちでも、大切な人たちに「ありがとう」をたくさん伝えあってみてはいかがでしょうか。



### 年長さん

#### MR 追加接種は済んでいますか?

今年度年長児対象の麻しん風しん混合ワクチン接種期限は、**令和7年3月31日**までです。

就学前に受けそびれないようにしましょう。

