



# 3月のほけんだより



今年度も残すところあと1か月となりました。1年前を思い起こし、子どもたちひとりひとりの表情、行動に、あらためて大きな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、本当に大変な1年でしたが、最後のひと月、たいせつに過ごしましょう。色々な感染症に注意しながらの毎日ですが頑張りました！

## お知らせ！

年長児のお子様はMR7ワクチンを就学前までに済ませて下さい。

## ～新型コロナウイルス登園の目安～

「発症した後、5日を経過、かつ症状が軽快した後1日を経過する事」

※無症状の感染者の場合は検体採取日を0日目とし5日目を経過する事。

## 子どものけんしん

- |                                       |                        |
|---------------------------------------|------------------------|
| ①受付時間<br>13時～13時25分                   | ●乳児けんしん<br>3月12日(紀)    |
| ②持ってくる物<br>母子手帳・送付した問診票<br>(事前に記入した物) | ●1歳6カ月けんしん<br>3月26日(木) |
| ③会場<br>川崎町保健センター                      | ●保健なんでもそうだん<br>3月6日(金) |
| ④電話番号<br>0947-72-7083                 |                        |

## 耳を健康に！

3月3日は耳の日です。ちょっとした不注意が、中耳炎・外耳炎の原因になることもあります。日ごろから気をつけるようにしましょう。

- 耳をつめで引っかいたり、強く引っばったりしない
- 耳あかがたまっていないか、こまめにチェック
- 鼻をかむときは、片方ずつ静かに
- 耳のそばで、大きな音や声を出さない

## そのせき 「肺炎」かもしれません

「ゴホゴホ」とたんが絡んだせきが3～4日続いていたら、かぜではなく「肺炎」かもしれません。症状が重くなると、入院治療しなくてはならないこともあるので、早めに受診しましょう。

呼吸が荒い

かぜの症状があつて、3～4日高熱が続いている

「ゴホゴホ」という激しいせきが出る

「セイセイ」といつたんが絡んだようなせきが出る

下痢やおう吐すること

## 進級・就学を控えて 気持ちが不安定になる 時期です

新年度を控え、多くの子どもたちが、「1つ大きくなる」という喜びでいっぱいな時期です。ただ、なかには、大人の期待を過剰に受け止めて、気持ちが不安定になる子どももいます。今までなかったのに、急に次のようなようすが見られたら、何かストレスを感じていることがないかどうか、注意してみてください。

### 指しゃぶり・つめかみ

- 目をパチパチさせる
- せきばらいをする
- 肩をぴくっと動かす
- ……など