



3月のほけんだより

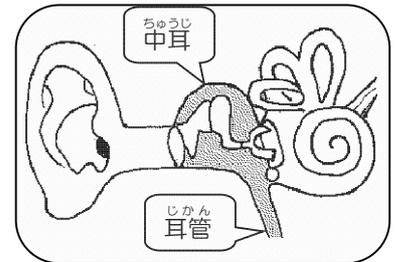
令和8年3月1日
上麻生保育園

3月になると寒さも和らぎ色々な花が咲き出しています。進級や卒園の準備が始まり、大人も子ども達もなんとなく落ち着かない空気になっていませんか？生活リズムを意識し、みんなで元気に新年度を迎えましょう。

3月3日は耳の日！

～子どもが風邪をひくと中耳炎になりやすい理由～

人体の構造上、鼻と耳は耳管でつながっています。耳管は中耳の気圧を調節しています。子どもの場合、耳と鼻をつなぐ管が大人と比較して短く、角度が水平に近いため、喉や鼻の細菌が中耳に入り込みやすい構造になっています。また、子どもは自分から耳が聞こえにくいと言ってこないため、難聴の発見が遅くなることがあります。おかしいなど気付いたら、かかりつけ医に相談しましょう。



耳の病気について



- **難聴**：生まれつきのことが多いですが、中耳炎などの耳の炎症から難聴になることもあります。
- **外耳炎**：耳の入口から鼓膜までの外耳道に炎症や湿疹ができた状態。耳あかが原因になることもあります。
- **急性中耳炎**：ウイルスや細菌が中耳に達して炎症を起こした状態。かぜが原因のことが多いです。
- **滲出性中耳炎**：中耳内に分泌物がたまった状態。かぜや、急性中耳炎の繰り返しがかぜが原因で起こります。

子どもの「聞こえ」チェック

～聞こえが気になる時、確認してみよう～

- 大きな音に驚いたり、目を覚ましたりするか
- おもちゃの音に振り向くか
- 周囲の呼びかけに振り向くか
- 音楽に合わせて踊るか
- 好きな音楽やCMソングなどに反応するか
- 声のみの指示に従うか
- 発達にそって、習得する言葉は増えているか
- ことばのまねっこをするか



つま切りについて

つまめは、指先を保護したり、指先に力を入れる支えになります。しかし、つまめが伸びすぎると割れたり、顔や体をひっかいたり、ばい菌が繁殖しやすくなるリスクがあります。こまめにつまめを切ってあげましょう！

◆つまめを切る頻度◆

- 乳幼児の場合 手は1週間に1回程度 足は2週間に1回程度
- ☆ つまめの白い部分は、1ミリ程度残すと深づまめは予防できます。

