



# ほけんだより

## 2月号



令和6年1月31日  
上間さつき認定こども園  
看護師 石原

2月3日は節分です。子どもたちの「鬼は外！ 福は内！」の元気な豆まきの声が聞こえてきます。子どもたちの中にあるウイルスや細菌が全て体の外に出ていきますように。そして成長とともに子どもたちが丈夫で健康な体になるように祈っています。



### かぜからくる急性中耳炎に注意



\* かぜをひいた後、気をつけたい「急性中耳炎」  
鼻水が耳管（鼻と耳をつなぐ管）を通して耳に  
流れ込み炎症を起こします。子供は耳管が短くて  
太いため急性中耳炎になりやすいのです。

● 症状⇒高熱・激しい耳の痛み・耳の違和感  
（閉塞感、耳が聞こえなくなる）耳だれ等  
乳幼児は自分で言えないため、機嫌が悪くなる、  
ぐずる、耳を触るなどがあります

● 予防⇒鼻水はこまめにふく。鼻は強くかまない  
で片方ずつやさしくかむ  
繰り返しやすい滲出性中耳炎に移行しやすいので  
きちんと治療を受けて直しましょう

### 目やに、目の充血が見られたら

- ・目をこすると傷がついたり、細菌やウイルスが目に入ったりしてしまいます。
- ・手は流水と石鹸でよく洗い、顔は濡れタオルやウエットティッシュで綺麗に拭きます。
- ・眼科を受診して悪化させないようにしましょう。



予防接種のご案内です



小学校入学前の  
MRワクチンを受けましたか

接種回数 2回です

\* 1歳の誕生日後すぐに

\* 小学校入学前