



ほけんだより 3月号

本年度も残すところ、後1か月となりました。保護者の皆様におかれましては、保健衛生に対するご理解と、ご協力をいただきありがとうございました。残り1か月、子どもたちと元気に過ごし、楽しい思い出を作っていこうと思います。

社会福祉法人大和善隣館

やざき乳児保育園

令和7年3月



耳のケアについて考えてみましょう

病気の原因と気をつけること

乳幼児は、鼻と耳をつなぐ耳管が短くて、平らなため、風邪をひくと細菌が耳から入りやすく、中耳炎を引き起こします。鼻水が長引く時は要注意です。

また、耳かきによる刺激や、アトピー性皮膚炎などで耳の入り口の外耳道に湿疹ができることがあります。



やざき乳児保育園では年齢的なことから、聴力検査をしていません。お家で聞こえのチェックをしましょう。

子どもの「聞こえ」チェック

「聞こえてる？」と心配になったら、確認してみましょう。

- ◇ 大きな音に驚きますか？
- ◇ おもちゃの音に振り向きませんか？
- ◇ 周囲の呼びかけに振り向きませんか？
- ◇ 音楽に合わせて手をたたいたり、踊ったりしますか？
- ◇ ことばは増えてますか？
- ◇ ことばのまねっこをしますか？



必ず受診しましょう

しきりに耳に手を持っていく、耳を痛がる（ぐずって泣く・首を振る・耳を触ると泣く）時は、発熱してなくても受診しましょう。また大きな音や声に反応がない時は、聴力の異常があるかもしれません。

ことばと聴力

0~4歳はことばを覚える重要な時期です。

このとき耳が聞こえにくい状態だと、言葉の習得が難しくなります。難聴は生まれつきのことが多いのですが、中耳炎など耳の炎症から難聴になることもあります。子どもの耳の健康について、日頃から気をつけていきましょう。

耳のホームケア

【耳だれ】 耳だれは人肌のお湯で絞ったガーゼで拭き取りましょう。時間が経つと固まり拭き取りにくくなります。なるべく細目に拭き取り、寝るときは、耳だれが出る耳を下にして寝ましょう。

【鼻水】 乳児に多い中耳炎は、鼻水が長引いていることが多い病気です。鼻水がかめないお子様は、鼻水器などで細目に鼻水を取る。医師が完治したというまで通院しましょう。

【痛み】 痛がるときは、耳の後ろに冷水で絞った冷たいタオルを耳の後ろに当てましょう。中耳の炎症が進んで、中耳内に膿が溜まるとひどく痛がる場合があります。

【耳そうじ】 耳あかは、自然に外に出るものだけを、取りましょう。耳も、入口だけを綿棒で拭いて、奥まで入れないようにします。お風呂上がりは湿っていて耳あかが取りやすいです。

母子手帳を確認しましょう

この一年で、心も体も大きく成長した子ども達です。母子手帳を見返し、お子様なりの成長を確かめてみましょう。

身長の高い低いは個性です。伸び方が早い子も遅い子もいます。平均値にこだわるのではなく、身長と体重のバランスが大切です。

また、予防接種も予定通りに接種されているか確認し、接種できていないものは、かかりつけ医と相談し計画的に接種できるようにしましょう。

満1歳を迎えたお子様で、麻疹・風疹ワクチン（MRワクチン）を接種できていないお子様は、大変、感染力が強く、重症化しやすい病気のため、早めに接種できるようにしましょう。

