



# 3月のほけんだよ!

2023.3.1 発行  
田園調布学園大学  
みらいこども園  
(看護師 板橋 裕希子)

少しずつ暖かくなり始め、柔らかな春の日差しを感じるようになりました。しかし、この時期は朝晩だけでなく、日中も突然真冬の寒さが戻ってくることがあるので、上着を準備するなどして衣服の調節をしましょう。あっという間に1年も終わりに近付いています。4月から新たな気持ちでスタートがきれる様、むし歯など治療が必要なものは早めに済ませておきましょう。病気やけがに気を付け、残りの日々も楽しく過ごしましょう。

## 3月3日はみみの日

早期発見、早期治療が大切です。気になることがあれば受診をしましょう。

### \*滲出性中耳炎(しんしゅつせいちゅうじえん)

鼓膜の奥の中耳腔というところに液体がたまる中耳炎です。滲出性中耳炎では熱や痛みがないことが多いです。

\*耳垢栓塞(じこうせんそく) 耳垢が詰まってしまっている状態です。いっぱい詰まると聞こえが悪くなります。

### \*外耳道異物(がいじどういぶつ)

子どもはおもちゃの小さなパーツや、豆、小石などを耳に入れてしまうこともあります。無理にとろうとせずに病院で取り除いてもらいましょう。

### \*難聴(なんちょう)

難聴については新生児スクリーニングもすすめられていますが、進行性の病気の場合など、あとから難聴が見つかることもあります。

## 1年間健康に過ごせましたか?

お子さまと一緒に1年間を振り返ってチェックをしてみてください。  
チェックのできなかった項目は4月からの目標にしてみましょう。

- 早寝早起きができた
- 朝ごはんは毎日食べた
- 毎日うんちが出た
- 外でたくさん遊んだ
- 外から帰ったら手洗い・うがいをした

### 健診のお知らせ

3月14日(火) 13:00

2月に欠席した0.1歳児

1月以降に入園されたお子さん

※都合により日程が変更になることがあります。その都度事前にご連絡いたします。







