



ほけんだより 2月号



令和5年1月31日
梶山女学園大学附属
梶山こども園

寒いからといっておうちの窓を閉め切っていませんか？ 長い時間換気をしない室内はウイルスや二酸化炭素、ほこりで汚れてしまいます。寒くてもこまめに換気を行い、空気の入替えを心がけましょう。

こども園では、ご家庭の協力もあり、1月は心配していた感染症の流行はなく過ごすことができました。2月も体調管理に気を付けて過ごしましょう。

インフルエンザワクチン接種について

1 月に入り名古屋市内の園でインフルエンザの感染者が急増しています。

近年、コロナ禍の影響かインフルエンザの感染率が、全国的に低い状況が続いていました。今年は、急激に感染者が増加しています。

ところが、今年度のこども園の園児ワクチン接種割合が、55%で例年より接種率が低い状況です。

近年の状況から、小児はインフルエンザに対する免疫ができておらず、さらに急性脳症や重症化のリスクが高くなります。ワクチン接種がまだお済ではないお子さんは、接種の検討をお願いします。

やけど

この季節は、暖房機器や加湿器などやけどの危険があるものが身の回りにあります。お子さんの手が届くところに、危ないものはないか。機器のコードを引っばることで転落してくる位置にないか確認しましょう。



やけどをした時は、できるだけ早く冷やすることが大切です。冷やす時は流水が最も適しています。やけどをした部分が赤いだけなら、しばらく冷やして様子を見ましょう。

水ぼうが破れて痛い時は、食品用ラップで傷を覆い、その上から冷やすとよいでしょう。

水ぼうがができたり、水ぼうが破れて傷になった時は、痛みがある程度落ち着くまで冷やして、すぐに受診しましょう。



かぜからくる急性中耳炎に注意

かぜをひいた後、気をつけたいのが「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。子ども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。

高熱

症状

一時的な難聴、閉そく感

激しい耳の痛み

予防

- 鼻水はこまめにとる
- はなは強くかまない。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、きちんと治すことが大切

背すじぴん! で元気!

寒いとつい背中を丸めてしまいますね。でもそれでは、心臓や胃、腸などが活発に働いてくれません。また、乳幼児期は背骨や、背骨を支える筋肉が発達する大切な時期。強い骨と筋肉を作るためにも、よい姿勢で過ごすことを心がけましょう。背すじぴん! は気持ちいいばかりでなく、健康にもよい影響を与えるのです。

