

3月3日は「耳の日」

子どもがかかりやすい病気のひとつに中耳炎があります。中耳炎は、発熱・耳痛などの症状や鼓膜の発赤などが見られる急性中耳炎と、発熱・耳痛などを伴わない浸出性中耳炎があります。子どもの様子をよく観察し、早期発見に努めましょう。また、かかったら、完全に治療することが大切です。

耳の役割ってなに？

- ①音を聞き、音の方向や遠近を聞き分ける。
- ②からだのバランス(平衡感覚)を保つ。

菌は鼻から侵入します

カゼで鼻に炎症が起ると、鼻の中に鼻水がたくさんたまります。この鼻水に含まれるばい菌が、鼻の奥にある鼻と耳をつなぐ管(耳管)を通して中耳に入ると、中耳炎になります。

子どもは中耳炎になりやすい

耳の構造は、大人も子どもも同じです。ただ、大人の耳管は細くて長く、耳から鼻に向かって斜め下に伸びているのに対し、子どもの耳管は太くて短く、耳から鼻に向かってほぼ水平に伸びています。このため、子どもは大人よりばい菌が中耳に入りやすく、中耳炎になりやすいのです。

浸出性中耳炎は痛みがない

中耳の粘膜から浸出液がでて中耳にたまるのが、浸出性中耳炎です。熱や痛みなどの症状はなく、気づきにくいのが特徴です。急性中耳炎を起こしているのに気がつかないままいたり、急性中耳炎が完治していないのに途中で治療をやめたりした場合になることもあります。

耳をさわって痛がったら、耳鼻咽喉科へ

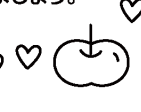
急性中耳炎になると、中耳内に膿がたまるので、ズキズキした強い痛みをとまいます。38℃前後の熱があり、ほかに、耳だれがみられることもあります。乳幼児は、症状をうまく訴えることができないので、次のようなことに注意してください。

- 不機嫌になり、グズグズいう。
- 耳をしきりに手でさわる。耳を痛がる。
- シーツが黄色く汚れている。



家庭では…

- 病院で処方された薬は指示どおり飲む。
- 抵抗力が低下しているので、暖かくして栄養のあるものをとる。
- 痛がるときは、ビニール袋に氷を2～3個入れて耳のすぐ後ろを冷やす。
- 耳だれはふきとって清潔にしておく。
- 浸出性中耳炎は、タバコの煙も影響することがわかっています



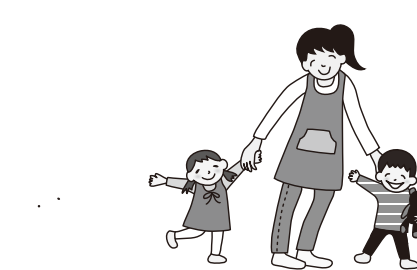
朝食を食べる習慣をつけましょう

時間のない中、いきなりきちんとした朝食を作る習慣を身につけることは、とても難しいものです。まずは、せめて飲み物をとる習慣をつけましょう。牛乳、野菜ジュース、スープなど。空腹時は胃が刺激を受けやすいので、胃に優しいものを選ぶようにします。だんだん朝食を食べる習慣が身についてきたらチーズ、ヨーグルトなどの乳製品、おにぎり、パンといったすぐに用意できるものをとるようにします。できるなら洗うだけ、皮をむくだけで食べられる果物や野菜も準備してみましょう。

一時保育(りす組)のご案内

病院や歯医者に行きたい… 美容院に行きたい…
映画を見たい… 家の掃除をしたい… ホットー息つきたい…
ちょっとだけ仕事がしたい… 仕事復帰に向けて資格がとりたい…
たまには夫婦だけで出かけたい…
子どもに怒り顔ばかり見せている気がする…
もっと心にゆとりを持ちたい…
優しいお母さんになりたい…





そんなお母様方のために!

一時保育とは、ご家庭で育児をしている方が、病気・通院・看護・PTA会議・仕事・冠婚葬祭などで、お子さんを預けて用事を済ませたいときやリフレッシュしたいときに、お子さんをお預かりし、保育する制度です。毎年多くの方にご利用頂いています。

詳細につきましては、お電話または子育て担当職員までお声かけください。
見学も随時受け付けています。

保育園 の1日	8:30	9:30	11:30	15:30	17:00
		おやつ	あそび 活動	食事	午睡

3月の予定

子育て講習会

家庭でできる

運動あそび

遊びがひろがる体験講座

講師：日本経営教育研究所 長屋あゆみ先生

日時：3/7(火) 9:30～10:00
※応募多数の場合は先着順

場所：太陽の子保育園ホール

対象：1・2歳児の親子の方

参加費：無料

服装：動きやすい服装

おおきくなったかな？

身長・体重を測りにきませんか？

日時：3/6(月) 9:45～11:15

場所：保育園ホール

対象：0・1歳児のお子様

子育てお悩み相談はお電話・メールでもお気軽にどうぞ…
info@sunshine.ed.jp