



晴れた日の日差しが、春を感じる季節となりました。今年度も残りわずかとなりました。この一年を振り返り、一人ひとりが自分のペースで大きくたくましく成長をした姿をとともうれしく感じています。今月は、進級、入園へ向けてみんなで準備をしながら残りの日々を思いきり楽しみたいと思います。

### <3月の行事>

- 3日(火) ひなまつり会
- 5日(木) 1歳児懇談会 13:30~
- 6日(金) 2歳児懇談会 13:30~
- 13日(金) 避難訓練
- 17日(火) 身体測定
- 25日(水) お楽しみ会
- 27日(金) 修了式

### <4月の行事>

- 15日(水) お楽しみ会
- 16日(木) 身体測定
- 22日(水) 内科健診
- 28日(金) 避難訓練

### <ミニ保健だより>

3月3日は「耳の日」です。  
耳は音を聞いたり、体のバランスを取ったりする役目があります。また、耳あかは、穴の出口に近い耳垢腺から出る粘り気のある液体と、古くなってはがれた皮膚が混じり合ったものです。耳あかは自然に押し出されてくるので、無理に奥まで掃除せず、耳穴の出口付近を綺麗にすれば大丈夫です。

#### ～急性中耳炎～

急性中耳炎には、発熱、耳の痛み、耳だれなどの症状が見られます。機嫌が悪い、耳をよく触る、耳を触ると嫌がる、かぜが治っても熱が下がらない…などの症状が見られる場合は急性中耳炎を疑ってみましょう。

#### 急性中耳炎になってしまったら…

- ・痛みや発熱のある時は安静にしましょう。
- ・痛がる時は、冷たいタオルで耳を冷やすと痛みが治まってきます。(冷やしすぎないように注意してください)
- ・鼻水はすすらないようにしましょう。
- ・鼻はゆっくりと片方ずつかみましよう。



# ちょっと、ひといき…

連日のように報道されている新型コロナウイルス感染症。感染が広がりを見せているという記事を見る度に、自分がかかってしまったら…家族がかかってしまったら…と、とても心配になりますね。

保育園では、情報収集、選別をしていく中で一人ひとりができることをしっかりとやる、それらを継続してやる事で様々な感染症予防に努めています。また、子どもたちにも、手洗いが丁寧に行けるよう、“正しい手の洗い方”を伝えています。初めは、泡を山盛りに出してしまう子、泡を手のひらに出すと、こすらずそのまま流してしまう子もいましたが、少しずつ上手になり、今では手をこすり合わせたり、「ここも洗うんだよね！」と、手の甲を上手に洗って見せたりしてくれる子の姿も見られるようになりました。ぜひ、この機会にご家庭でも正しい手の洗い方で、手を洗って見てください。

## 正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。