



lyocity

3月号



こんな病気に注意！

インフルエンザ

RSウイルス・胃腸炎

気管支炎

など



# ほけんだより

令和7年3月 病児・病後児保育室「いよっこすまいる」

少しずつ寒さも和らいできましたね。  
こどもたちは、4月からの進級、進学に向け、ワクワク ドキドキしていることでしょう。あっという間に1年も終わりに近づいています。  
残りの日々も病気やけがに気を付け、楽しく過ごしたいですね。

## 感染性胃腸炎

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。

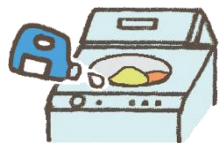
下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、手洗い・うがいをきちんと行いましょう。

### 汚れた衣服は…

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



消毒ができれば洗濯機に入れても大丈夫です。



汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。



## 耳の日

「3」は耳の形に似ていることなどから3月3日は耳の日と言われています。こどもは耳の病気にかかりやすいので、日頃からおこさまの様子をよく観察しましょう。

- 鼻をすすらず、かむ習慣を付ける
- 鼻水は、ゆっくりと片方ずつかむ
- 耳の近くで大きな声や音を出さない
- 耳をたたかない
- 耳掃除は綿棒で外耳道を拭き取る程度に行う

大切な耳を守るために気をつけたいこと☆



## こどもの花粉症

花粉症の症状といえば鼻水、鼻づまり、目のかゆみ、くしゃみが主なものです。中でも、こどもの場合は、鼻づまりと目のかゆみに現れることが多いようです。鼻づまりは見た目ではわかりにくいので、口呼吸が多くなっていないか観察しましょう。また、目の症状として充血したり目がむくんだりすることもあります。花粉症の症状はかぜの症状にも似ているので、気になる症状が現れたら早めに受診するようにしましょう。

