



たんぽぽ だより

平成29年3月号 No 9

砂川市病児・病後児保育施
0125-54-2278

太陽の日ざしが少しずつ暖かく感じられ、だんだん日も長くなってきましたね。冬眠していた虫たちも、そろそろ目を覚ましそうですよ。春の足音が聞こえると心も身体もぼかぼかしてくる気がします。

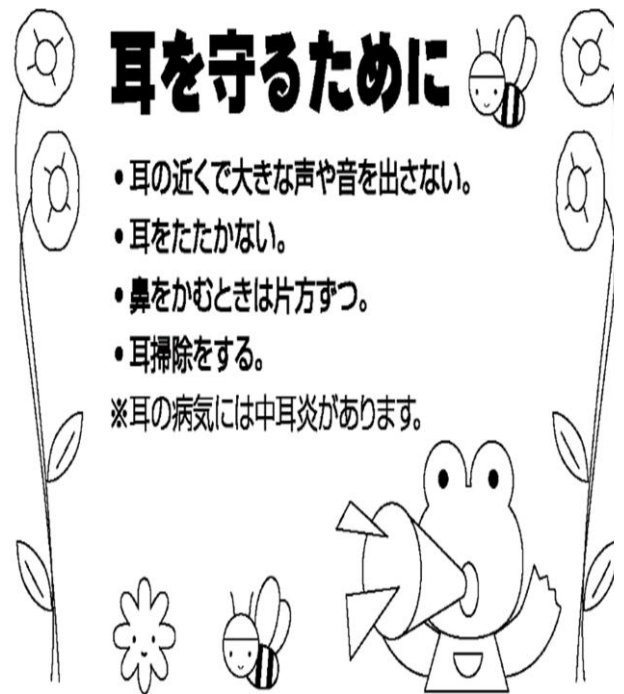
日中の寒暖差に体調を崩しやすい時期でもありますので、十分な睡眠と栄養を心がけ、元気に過ごしていきたいましようね。



3月3日は「3」(三)「3」(三)の語呂合わせに由来する「耳の日」でもあります。

耳の役割って何?

- 音を聞き、音の方向や遠近を聞き分ける。
- 体のバランスを保つ。



耳を守るために

- 耳の近くで大きな声や音を出さない。
- 耳をたたかない。
- 鼻をかむときは片方ずつ。
- 耳掃除をする。

※耳の病気には中耳炎があります。

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」。鼻水が耳管じかん(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

繰り返しやすく、しんしつせ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

ひなまつり

3月3日は日本の伝統行事である「桃の節句、ひな祭り」です。女の子の健やかな成長や幸せを願って桃の花を飾ってお祝いします。

