

# 3月のほけんだより

太陽の子保育園  
平成14年3月

## 3月3日は耳の日です

### 乳幼児の急性中耳炎

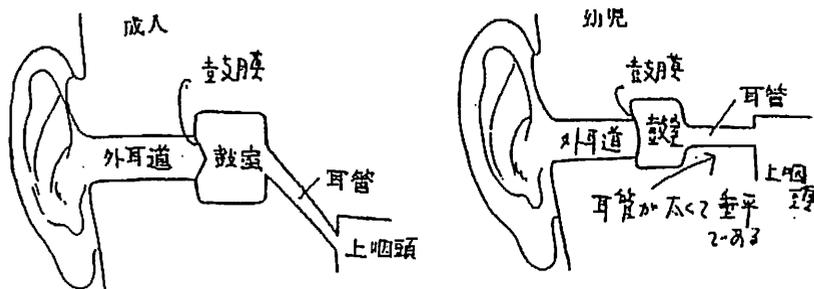
乳幼児の耳は大人にくらべて、耳管（耳と鼻をつなぐ管）が太くて短く、水平なので、風邪のウイルスが鼻から容易に耳の方に入って、急性中耳炎を起こしやすくなっています。

一度中耳炎を起こした子どもは、再発しやすいので、鼻水が出る風邪をひいたときは、早めに耳鼻科を受診しましょう。

子どもは、様々な風邪に何回もかかりながら、少しずつ免疫と抵抗力を身につけて風邪をひきにくい丈夫な身体になっていきます。



### 成人と幼児の耳管の比較



### 中耳炎になると



### 耳のおそうじは



### 注意



### そつえんおめでとう

#### 就学に向けて

学校の時間に合わせた生活が送れるように起床、就眠、食事などの生活リズムを整えましょう。

- 目・・・目を細める・眉間にしわをよせる・顔を傾げる・まぶしがる・まばたきをよくするなど。→眼科受診
- 耳・・・名前を呼んでもすぐに返事をしない。中耳炎を何度も繰り返した。→耳鼻科受診
- 予防接種・・・受けていないものがある。→かかりつけの医師に相談。
- ・・・虫歯がある。→歯科で治療
- 便秘になると、おなかがはったり食欲が落ちたりおなかが痛くなったり、活動に集中できなくなります。
- 規則正しい排便で、気持ちのいい一日を！
  - 朝、便意がなくてもトイレに行く習慣を。
  - 野菜、くだものを十分とる。
  - 外で元気に遊ぶ（適度な運動）