

保健だより

2011年3月1日(火)発行

予防接種は忘れずに!

3月1日～3月7日は「子ども予防接種週間」です。

子どもは抵抗力が弱く、病気になると苦しい思いをします。又、時には命にかかわるような病気になったり、重症で後遺症が残ったりもします。そんな病気から子どもたちを守るためにつくられたのが予防接種です。

今回、ヒブ(Hib)ワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンが無料で接種できるようになりました。又、4月から小学校に入学されるお子さんで麻疹・風しんの予防接種(MRワクチン)をまだ受けていない場合は、ぜひこの機会にうけておきましょう。

子どもの花粉症対策

最近、子どもの花粉症が増えています。遺伝、大気汚染、食生活、生活習慣などが原因として考えられています。原因はどうあれ、中耳炎などの原因にもなりますので適切な対策をとりましょう。

マスクやメガネは花粉症対策に大変効果がありますが、子どもは嫌がる人が多いです。「花粉情報」をしっかりチェックして、できるだけ花粉の飛びやすい晴れた日、風の強い日などの外出をさけるようにしましょう。

(花粉情報は環境省で飛散状況をリアルタイムで発表しています。)

外出時は帽子をかぶり、花粉のつきにくいツルツルした素材の上着を着せ、家に入る前には花粉を払い落とし、手洗いやうがいをしてください。

花粉症になってしまったら、症状が悪化する前に、早めに耳鼻科を受診することが重要です。

3月3日は「耳の日」

～子どもの耳の病気～

子どもの耳の病気では代表的なのが中耳炎です。ほとんどは風邪によるものです。子どもの耳は発達途中のため、セキによって鼻やのどにいる細菌やウイルスが、耳の方まで行ってしまいます。そのため中耳炎を起こしやすく、発見が遅れると悪化し、なおりにくくなります。さらに最近では薬(抗生物質)がきかない耐性菌による場合が増えています。早めに耳鼻科を受診しましょう。



1年を振り返ってみましょう。

子ども達は毎日成長、発達しています。その過程は子ども一人一人です。他のお子さんと比べるのではなく、毎日の生活の中でお子さんの変化を確認し、見守ることが大切です。

この1年間、健康に過ごすことはできたでしょうか。



〒252-0326 相模原市

南区新戸5195-4

サンガこども園



環境省花粉観測システム

<http://kafun.taiki.go.jp/>

(はなこさん)