



今年度も残すところあと1か月となりました。1年前を思い起こし、子どもたちひとりひとりの表情、行動にあらためて大きな成長を実感しています。みんな元気に新年度を迎えられるよう、最後のひと月の1日1日を大切に過ごしていきたいと思います。

コロナ禍での花粉症🌸

花粉症対策について基本的にはコロナの対策と同じで、「マスクと手洗い、うがい」が重要です。

花粉症と コロナの 症状比較	くしゃみ	せき	鼻水	倦怠感	高熱	味覚異常	嗅覚異常	目のかゆみ
コロナ	×	○	○	○	○	○	○	×
花粉症	○	○	○	○	×※1	○※2	○※2	○

症状は個人差がある。※1は微熱のある人も。※2は鼻づまりなどによる

●鼻水やくしゃみ、鼻づまりなどの症状は新型コロナと似ており、「感染しているかもしれない」と思って行動する

●くしゃみで飛ぶ唾などにウイルスが含まれている可能性があり、治療で症状を抑える対策を取る

●目や鼻の粘膜からの感染を防ぐために、かゆくても手でこすらないようにする

進級・就学を控えて気持ちが不安定になる時期です

新年度を控え、多くの子どもたちが、「1つ大きくなる」という喜びでいっぱいな時期です。ただ、なかには、大人の期待を過剰に受け止めて、気持ちが不安定になる子どももいます。今までなかったのに、急に次のような様子が見られたら、何かストレスを感じていることがないかどうか、注意してみてください。

指しゃぶり・つめかみ



チック



言葉のつまり



ほかにも

気持ちが抑えられなくなり暴力をふるう。

何もしないで長い間ぼんやりしている。

表情が変わらず、感情面での反応が少なくなった、など

○いつもと違う様子があったら、、、？

「心配しているよ」と気かけ、お話が出来る年齢のお子さんであれば、まずは聞き役に徹しましょう。「そうか……○○なんだね」と受け止め、親や周囲の人間がついている、一緒に乗り越えようというメッセージも大きな支えになります。上のような様子・症状がある場合、心のSOSであることもあります。長く続くような場合、保育士・看護師や、かかりつけの先生にご相談ください。

耳を健康に！

3月3日は耳の日です。ちょっとしたことが、中耳炎・外耳炎の原因になることもあります。日ごろから気をつけるようにしましょう。また、耳の健康についての保健指導をすみれ・れんげ・さくら組で考えています。

1 耳をつめで引っかいたり、強く引っばったりしない



2 耳あかがたまっていないか、こまめにチェック



3 鼻をかむときは、片方ずつ静かに



4 耳のそばで、大きな音や声を出さない



1年間の生活をふり返ってみよう！



一年間、頑張ったことや出来るようになったことが沢山あると思います(^▽^)
一緒に振り返って頂き、ぜひ「がんばったね」と声を掛けてあげてください。