

1年間の成長を  
振り返ってみよう



今年度の「おおきくな〜れ」の身体測定の欄がすべて埋まります。数字でもグラフでも、お子さまの成長を感じられるのではないのでしょうか。また、日々の生活の中でも、上手になったこと、出来るようになったことがたくさんあると思います。この1年間の思い出とともに、お子さまと一緒に振り返ってみるのもいいかもしれませんね。

3月3日は「耳の日」です

子どもの「聞こえ」チェック

中耳炎などでも耳の聞こえが悪くなる場合があります。日頃のちょっとしたポイントで確認してみましょう。

- 大きな音に驚いたり、目を覚ましたりするか
- おもちゃの音に振り向くか
- 周囲の呼びかけに振り向くか
- 音楽に合わせて踊るか
- 好きな音楽やCMソングなどに反応するか
- 声のみの指示に従うか
- 発達にそって、習得することばは増えているか
- ことばのまねっこをするか



気を付けよう！中耳炎

☆急性中耳炎☆

- ・発熱 ・耳の痛み ・耳だれ ・機嫌が悪い
- ・耳をよく触る、触ると痛がるなどが主な症状です。風邪などから急性中耳炎に移行することがあります。鼻水をこまめに拭く、鼻をかむ時はやさしくかむなどを心がけましょう。

☆浸出性中耳炎☆

発熱や耳の痛みなどの目立つ症状はなく、聞こえにくいことが唯一の症状です。急性中耳炎を繰り返すことで、滲出性中耳炎に移行することがあります。治療には時間がかかり、放置すると手術が必要になることもありますので、注意が必要です。

耳に異物が入った時は無理せず耳鼻科へ！

無理にかき出そうとすると奥に押し込んでしまう恐れがあります。耳に虫が入ってしまったときは、耳を上にして耳たぶを引き、懐中電灯の光でおびき出してみるのも手です。出てこない場合は無理せず耳鼻科へ。

耳そうじ、がんばりすぎないで

耳あかは、基本的には時間の経過とともに自然に奥から押し出されて外へ出てきます。そのため耳掃除を無理に行う必要はありません。ただ、耳あかが奥でたまってしまつと耳の聞こえが悪くなってしまうので、気になる場合は耳鼻科でとってもらいましょう。

アレルギーとは限らない じんましん

どんな症状？

皮膚が赤く盛り上がり、かゆみが出ます。形はまちまちで、次第にくっついて大きくなることも。



原因不明のことが多い

じんましんは食物アレルギーが原因と思われるのですが、風邪をひいて体調が悪いとき、疲れているとき、気温が急に下がったときなどに起こることがほとんどです。

じんましんが出る場所や、治まるまでの時間、かゆみの程度はまちまちで、いったん治まっても繰り返すことがあります。

軽ければ様子を見て

治療をしなくても、自然に治まるのがほとんどです。じんましんがある範囲がせまく、かゆみがそれほど強くなければ様子を見ましょう。

ひどいときはかかりつけ医へ

ひどくかゆがる、範囲が広い、なかなか治まらないときは、かかりつけの小児科を受診しましょう。

衣がえ サイズもチェック！

0～4歳までは、一生で最も成長が速い時期。衣がえのついでに、衣服や靴のサイズをチェックして、きつくないか確かめましょう。また、ズボンのすそが長すぎると転びやすいですし、そでが長いと、転んだときにとっさに手をつきにくいことも。子どもの体格に合わせて、縫い止めてあげましょう。

●身長がこんなに伸びる！

0歳から1歳まで	約25cm
1歳から2歳まで	約10cm
2歳から3歳まで	約8cm
3歳から4歳まで	約7cm

公益財団法人母子衛生研究会『子供の成長・発達』より

体を動かしてチェック

身長だけでなく、体に合っていることも大事です。しゃがんだときに、おしりや太ももがきつくないか、腕を上げたときに肩がきつくないかもチェックしましょう。



靴も忘れずに

子どもの足は1年で約1cm大きくなります。靴がきついと足の成長を妨げますし、ゆるすぎると転ぶ原因に。誕生日や年度末を目安に靴が足に合っているかチェックしましょう。



2月の感染症発症状況

報告の必要な感染症の発症はありませんでした。新型コロナウイルス感染症、インフルエンザなどまだみられていますので、発熱や咳、のどの痛みなど当てはまる症状がある場合には、受診の検討をお願いいたします。

早いもので、今年度最後の月となりました。保護者の皆さまには健診や検査、園における感染症予防へのご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。たいよう組さん、ふくろう1組さんのみなさん、小学校でも元気に楽しく過ごしてくださいね。