

ほけんだより

2026年3月号

あおぞら保育園

季節が変わるこの時期は、昼夜の気温差で体調をくずしやすくなります。花粉や寒暖差で鼻やのどの不調を感じる事もあるかもしれません。あと少しで進級・卒園です。元気にその日を迎えられるよう感染症予防や体調管理に気を付けて過ごしましょう。

3月の保健予定

- 2日(月) ひよこぐみ身体測定
- 3日(火) りすぐみ身体測定
- 4日(水) うさぎぐみ身体測定
- 5日(木) ぞう・きりんぐみ身体測定
- 6日(金) らいおんぐみ身体測定
- 26日(木) 園医診察



☆ 予防接種調査のおねがい ☆

年度末になりました。この1年間で受けた予防接種を確認します。

期間 3月2日(月)～6日(金)

この期間中に1度、保育園に母子手帳をお持ち下さい。予防接種確認後にレターケースへ返却します。ご兄弟が来年度入園する方はそのお子さんの母子手帳も一緒に持参してください。

◎MRワクチン2期は小学校就学の1年前から就学前日である今月末までに接種する必要があります。最終確認をしますので卒園する年長クラスも母子手帳の持参をお願いします。

◎1年間予防接種を受けていない方も確認のため持参してください。



やりすぎ注意！耳そうじ

耳そうじをするととれる耳垢には殺菌効果や虫などの侵入を防ぐ大切な役割があります。耳垢は自然と耳の外へと出ていくので、基本的に耳そうじの必要はありません。また、耳そうじのやりすぎによって耳の中を傷つけたり、手前に出てきている耳垢を奥に押し込みつまってしまい、聞こえが悪くなったりする「耳垢塞栓」になる可能性もあります。

☆ 理想的な耳そうじ

- ・2、3週間に1回くらい
- ・ゆったり座った状態で
- ・耳の穴の入り口付近をやさしくふき取る

もし、耳垢がたまっているように見えたり聞こえにくい様子があった場合は耳鼻咽喉科を受診しましょう。

