



陽の光は明るさを増し、春の訪れを感じるようになり、外あそびが楽しい子どもにとって活発に過ごせる季節になりました。

新型コロナウイルスについては、市中感染となり、状況が日々、変化しています。ご家庭におかれましては、園での対策にご理解・ご協力を頂きましてありがとうございます。新型コロナウイルスについての最新情報は、随時、玄関に掲示してありますのでご覧ください。

また、一年間の成長のしめくくりの月でもありますので、元気に過ごして参りましょう。

保健行事 0才児健診 3月10日(火曜日) 14時30分より 嘱託医 吉崎先生

※地域の方の参加(健康相談等)、身長・体重測定については、新型コロナウイルス対策のために
今月は、中止しています。

※毎年増えている花粉症とは？

花粉が原因で、目や鼻に出てくるアレルギー症状です。花粉が飛んでいる時期はずっと悩まされます。症状としては、目のかゆみ、まぶたのはれ、水のような鼻水が止まらない、くしゃみが連続して出るなどですが、個人差があります。子どもでもなりますので、花粉症かな？と思ったら、病院で原因となる花粉を調べてもらい、治療の相談をしましょう。

*花粉・・・スギ、ヒノキ、ブタクサ、ヨモギなど

～少しでも花粉を避けるために～

花粉は、よく晴れた日(前日雨が降ったとき)や風が強く空気が乾燥しているとき、気温の高い日などによく飛びます。

※生活の中で気をつけること

- うがいをし、顔や手を洗う
- 外出する時は、マスクやメガネをつける
- 洗濯物や布団は外に干さない
- 家に入る前に花粉をしっかりと落とす
- 体調を整える

★花粉症対策に緑茶

緑茶を飲むことで喉の粘膜を保護します。

緑茶に含まれるカテキンには抵抗力をつける働きがあります。

早目に耳鼻科・眼科を受診することをお勧めします。



《進級・入学にむけて》 見直してみましよう！ 今の生活をチェック！

- ☆早寝・早起きの習慣は身につけていますか
- ☆朝食をしっかりと食べてから登園させていますか
- ☆朝、登園前にトイレに行く習慣がついていますか？
- ☆予防接種は計画的に受けていますか
- ☆目・耳・鼻・皮膚などに異常はありませんか
- ☆虫歯はありませんか

子どもたちが毎日楽しく、元気に過ごすためにも大切なことです。

正しい生活習慣を身につけ、しっかり治療しましょう。

