



ほけんだより 3月号

2026年 3月 2日
大津あいあい保育園

たくさんのお思い出でいっぱいとなった1年も締めくくりの時期となりました。4月に比べ、心も体も大きくなった子どもたち。4月からも元気に新年度を迎えられるよう、最後のひと月を大切に過ごしましょう。今年度もたくさんのご協力ありがとうございました。



インフルエンザB型にご注意ください！



2月中頃から園内でインフルエンザB型が増えています。県内でも継続して警報が出ている状態です。A型に感染した後も、B型に再度感染する可能性があり、今後も注意が必要です。

保育園は集団生活の場ですので、発熱や咳などの風邪症状、関節痛、ぐったりとしんどそうにしている、胃腸風邪症状など症状があれば受診をお願いいたします。

インフルエンザの症状…急な発熱（38～40℃）、鼻汁、咽頭痛、咳、全身の筋肉痛、強い悪寒や頭痛、全身倦怠感、など
(B型は下痢や嘔吐が出ることもあります)

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症が疑われる時期である為、発熱を認めた場合は受診をお願いしています。また、園医の先生の指導もあり、発熱時の検査は発症してから24時間以降に受けてくださるようご協力をお願いいたします。

耳の日



「3」は耳の形に似ていることなどから3月3日は耳の日と言われています。子どもは耳の病気にかかりやすいので、日頃からお子さまの様子をよく観察しましょう。

大切な耳を守るために
気を付けたいこと

- 鼻をすすらず、かむ習慣を付ける
- 鼻水は、ゆっくりと片方ずつかむ
- 耳の近くで大きな声や音を出さない
- 耳をたたかない
- 耳掃除は綿棒で外耳道を拭取る程度に行う



耳を痛がる、耳垂れが出ている等の症状があれば中耳炎の可能性もあります。早めに受診しましょう。

耳には自浄作用があるため、無理に耳掃除をする必要はないと言われています。



進級や進学を控えて
気持ちが不安定になる時期です

多くの子どもたちが「1つおおきくなる」と喜びが大きくなる時期ですが、中には不安を感じる子もいます。今までなかったのに、下のような様子が見られたら、何かストレスや不安要素がないか、注意してみてくださいね。

チック

指吸い・爪噛み

吃音



今月の身体計測

3月5日（木）うみ・めだか・ほたる

3月6日（金）かもめ・そら・さくら

