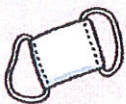




3月 ほけんだより

上庄ひいらぎこども園 2025年3月

三寒四温で徐々に暖かくなってきましたね。入学や進級を控え、子どもたちの自信や期待が膨らんでいます。4月にはそれぞれのペースでよいスタートが切れるよう、ケガや病気に気をつけながら、残りの日々を楽しく過ごしていきたいと思います。



花粉症チェック!



花粉症に悩む人が多くなっています。「自分や子どもは大丈夫」と思っていませんか? 下の表でチェックしてみてください。

- かぜのような症状が長引いている
- さらさらした鼻水が出る
- ひどい鼻詰まり
- 目がかゆい
- くしゃみが続けて出る
- 毎年同じ時期に同じ症状が出る
- 家族にアレルギー体質の人がいる

2つ以上チェックが入った場合は、花粉症かもしれません。早めに眼科や耳鼻科の受診をお勧めします



鼻は呼吸や病気の予防に役割を果たす大切な気管。気になる症状があったら、耳鼻科を受診しましょう!

かぜをひいていないのに、しょっちゅう鼻が詰まったり、鼻水が出たりしている



→アレルギー性鼻炎や副鼻腔炎などの疑い

病院にかかる時のポイント

子どもが長い時間を過ごす生活の間でもある

保育園との連携編

●いつもの子どもの様子を知っている人が付き添いましょう●

子どもの様子をできるだけしっかり正確に医師に詳しく伝えるようにしましょう。そのためには、ポイントをまとめてメモしておくとういでしょう。また発疹や便の様子、咳の状態、けいれんかもしれない動きなどは、携帯電話のカメラで撮影しておく、医師に状態を伝えやすく、診断の手助けになることがあります。嘔吐した場合はどういった状況だったのか(激しく吐いた、等)も診断の手助けになる場合があります。

保育園で見た症状や状況なども必要になると思います。なるべくお伝えするようにはしていますが、気になる事がありましたら受診前のお迎えの時にも必要と思われる情報はぜひお尋ねください。

出来れば保育園に通っていることを医師にお伝えいただき、可能ならばお薬を朝夕に分けていただき、その際どんな薬を飲んでいるのかを保育園に伝えていただければ、登園時は様子を見ていただけるのでありがたいです。

※もし、保育園でのお薬対応が必要な場合は「依頼書」の提出もお願いします。

※メモの一例

- ・いつから
- ・どんな症状なのか
- ・近所や保育園での流行状況
- ・現在使用中の薬
- ・薬や食べ物のアレルギー等

