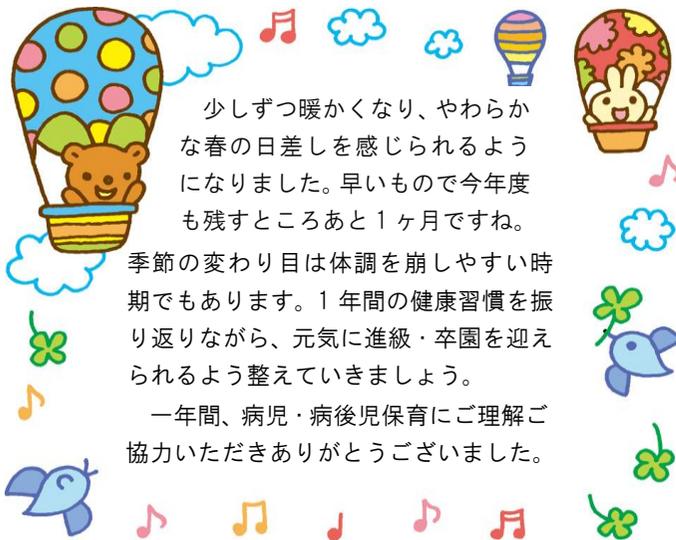




たんぽぽだより



少しずつ暖かくなり、やわらかな春の日差しを感じられるようになりました。早いもので今年度も残すところあと1ヶ月ですね。

季節の変わり目は体調を崩しやすい時期でもあります。1年間の健康習慣を振り返りながら、元気に進級・卒園を迎えられるよう整えていきましょう。

一年間、病児・病後児保育にご理解ご協力いただきありがとうございました。



令和8年3月号 No.128
砂川市病児・病後児保育施設
Tel 0125-54-2278

令和8年度

病児・病後児保育の

登録をしませんか？

(年度ごとに登録が必要です)



その症状 水ぼうそうかも

- 37～38℃くらいの発熱
- 顔、体幹、頭部にも赤い発しんがある
- かゆみの強い水ぼうそうが次々にできる



発しんの出方には個人差があり、特にアトピー性皮膚炎があれば、ひどくなる場合もあります。発しんが見られたら、すぐ受診を。すべての水ぼうそうがかさぶた化したら、医師の診断を受け、許可を得てから登園してください。ウイルス性の病気ですが、重症の場合は内服薬もありますので、医師と相談しましょう。

耳そうじ、どうしていますか？

耳の奥に綿棒を入れないこと！！

耳あかは、^{せきぞう}耳垢腺、皮脂腺などからの分泌物や、古くなってはがれた皮膚、ほこりなどが混ざってできたもの。しかし単なる老廃物ではなく、耳の中のデリケートな皮膚を保護したり、異物の侵入や雑菌の繁殖を防ぐ働きもしています。人間には、物をかんだり、あくびをしたりすることで耳あかを自然に排せつする機能が備わっているため、家庭で無理に取る必要はありません。

耳あかが気になったら、耳鼻科で取ってもらうのがお勧めです（保険適用）。



耳の衛生のポイント (新常識！)

- ・耳あかが気になるときは、専門家に任せる。
- ・耳の奥に綿棒を入れないこと
(耳あかが奥へ押し込まれ、耳の中をふさいでしまう可能性も！)
- ・耳を清潔に保つには、お風呂上りに耳の外側の水分を拭き取るだけに！

