



まだまだ寒い日が続いています。先月末からインフルエンザにかかるお友達も見られていました。これからも流行の時期ですので、無理をせず十分気を付けてください。治ったと思ってもまた繰り返すこともあります。お子さんと一緒に保護者の方も手洗い・うがいをして予防していきましょう。そして、風邪等を寄せつけない丈夫な体作りに気を配り、寒い冬を元気に乗り切りましょう。

## 3月3日は「みみの日」

3月3日は耳の日です。ちょっとした不注意が、中耳炎・外耳炎の原因になることもあります。風邪をひいたり鼻水の症状が長引く時は、中耳炎になっていないかどうか注意しましょう。

### 《耳そうじをするときは…》

- ◎お風呂上りは避けましょう  
皮膚がふやけて傷つきやすくなっています。
- ◎耳の入り口付近だけ
- ◎まわりに人がいないところで  
特に、小さな子どもに気をつけてください。耳そうじ中にぶつかって、鼓膜が破れる例もあります。耳そうじのしすぎから、耳の中が傷つき、湿疹ができることもあります。  
耳のかゆみのひどいときや、聞こえが悪いと感じられたときは、早めに耳鼻科に受診しましょう。

### 《耳を健康に…》

- ①耳をつめで引っかいたり、強く引っばったりしない
- ②耳あかがたまっていないか、こまめにチェック
- ③鼻をかむときは、片方ずつ静かに
- ④耳のそばで、大きな音や声を出さない

### チェックしてみよう！子どもの『聞こえ』

- 大きな音に驚いたり、目を覚ましたりするか
- おもちゃの音に振り向くか
- 周囲の呼びかけに振り向くか
- 音楽に合わせて踊るか
- 好きな音楽やCMソングなどに反応するか
- 声のみの指示に従うか
- 発達にそって、習得することばは増えているか
- ことばのまねっこをするか

