

今年度も残すところ、あと1か月になりました。4月からの進級、進学に向け、子どもたちのワクワクしている様子が見られます。あっという間に1年も終わりに近づいています。病気やけがに気を付け、残りの日々も楽しく過ごしましょう。



## 3月3日は「耳の日」



「3」は耳の形に似ていることなどから、3月3日は耳の日とされています。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。

子どもにこんな様子はありますか？

大切な耳を守る為に気をつけたいこと！

- ・耳をよくいじる
- ・機嫌が悪い
- ・発熱
- ・耳垂れがある
- ・耳を痛がる
- ・大きい音に驚かない
- ・呼んでも気付かない
- ・何度も聞き返す
- ・やたらと大きな声で話す
- ・極端にか細い声で話す
- ・テレビの音を大きくする

- ・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
- ・耳を爪で引っかいたり、引っ張ったりしない
- ・耳の近くで大きな声や音を出さない
- ・耳にたまった耳垢は、自然と外にこぼれ落ちる構造になっています。耳垢を取るのには、穴から1cm程度までを綿棒で拭き取る程度に行う。奥まで掃除しようとする、耳垢を奥に押し込んだり、鼓膜を傷つけてしまう恐れがあります。(耳掃除は、月に1~2回程度で十分と言われています。)

耳の病気・耳が聞こえにくいサインかもしれません。あれ？と思ったら耳鼻科を受診してみましょう。

★ちなみに・・・取りにくい耳垢は無理せず耳鼻科に行き取ってもらい、中耳炎や外耳炎等の病気が無いかもチェックしてもらいましょう！！



## 新型コロナウイルス感染症について

「新型コロナウイルス」は、「飛沫感染」と「接触感染」によりうつるとされています。

日常生活で気を付ける事として、まずは「手洗い」が大切です。ウイルスの付着した手で口や鼻・目などを触る事でも感染すると言われています。流水と石鹸による手洗いや、アルコール消毒液などによる手洗いをしましょう。くしゃみや咳が出る時は、咳エチケットを行ってください。

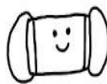
(隣の「咳エチケットについて」を見てください)

★「新型コロナウイルス感染症」については、最新の正しい情報を得られる「厚生労働省」のホームページを検索するのも良いと思います。

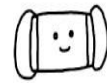
## せきエチケットについて



咳エチケットは、「ウイルスをまき散らさない」という意識が大事です。



咳によるウイルスの飛沫は2~3mと言われています。咳が出る時の外出は、マスクをしてウイルスの拡散を防ぎましょう。マスクが無い時は、ティッシュやハンカチ、袖を使って口と鼻を覆う事で拡散を防げます。



また、使ったマスクやティッシュは蓋のあるゴミ箱に捨て、手も石鹸でよく洗いましょう。

