



今年度も残すところあと1か月となりました。子どもたちひとりひとりの表情や行動に、あらためて大きな成長を実感しています。みんな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。1年間保護者の皆様には、ご理解・ご協力をいただきありがとうございました。

子どもの花粉症について

こんなサインに
注意

大人の病気と思われがちですが、5~9歳では13.7%、10~19歳では31.4%もの子どもが花粉症だというデータがあります。花粉症の症状があっても、熱がないなら大丈夫、と油断しがちですが、花粉症の症状がずっと続くと不快だけでなく、さまざまな問題を招くおそれがあります。気になる症状があるときは受診しましょう。

花粉症の 三大症状

くしゃみが
出る

鼻水・
鼻づまりが
続く

目を
こする

● 口をいつも開けている

しつこい鼻づまりのために、口呼吸になります。乾いた空気が口からのどに入るため、風邪などをひきやすくなるおそれがあります。

● なかなか寝ない

● 日中元気がない、きげんが悪い

息苦しさのために、よく眠れなくなります。そのため、昼間に元気に遊べなかったり、きげんが悪くなったりします。小学生になると、授業に集中できないなどの問題が起こってくることも。



花粉と接する機会を減らそう

花粉症対策は、花粉に触れないようにすること。花粉に接する機会が多いほど、花粉症になる可能性が高くなります。花粉が増えるシーズンは、治療と予防をかねて、身の周りの花粉との接触を減らしましょう。

花粉を家に持ち込まないために

外干ししない

花粉が多く飛ぶシーズンは、洗濯物を外に干すのを控えましょう。

玄関で脱ぐ

外から帰ったら、コート類は玄関で脱いでつるすなど、室内に花粉を持ち込まないようにしましょう。

服からも取り除く

衣類をはたくと、花粉が舞い散って逆効果です。粘着テープなどで取り除く、花粉が付きにくいツルツルの素材の上着を選ぶなどがおすすめです。



じんましん

※じんましんは食物アレルギーが原因と思われがちですが、風邪をひいて体調が悪いとき、疲れているとき、気温が急に下がったときなどに出ることがほとんどです。じんましんが出る場所や治るまでの時間、かゆみの程度はまちまちで治まっても繰り返すことがあります。



症状

皮膚が赤く盛り上がり、かゆみが出ます。形はまちまちで次第にくっついて大きくなることも。

対処

治療をしなくても、自然に治まることがほとんどです。じんましんがある範囲がせまく、かゆみがそれほど強くなければ様子を見ましょう。ひどくかゆがる・範囲が広い・なかなか治まらないときは病院を受診しましょう。

3月3日は
耳の日

「耳掃除」うまくできていますか？

「耳掃除」が「耳あか取り」だけになっていませんか？

耳掃除は気をつけていても、耳の後ろや耳のみぞは見落としがち。お風呂で洗う習慣をつけましょう。

また、耳には「耳あか」を外に排出する

仕組みがあります。耳あかを取ろうとしてかえって耳の皮膚を傷つけることもあるので、耳の穴の入り口に近いところにある大きな耳あかを取り除くだけで大丈夫です。

耳のみぞもしっかり拭いて

子どもの耳は小さく、みぞの中に汚れがたまりがち。お風呂上がりに綿棒などでやさしくふいてあげましょう。



耳の中に水分が残らないよう、指にタオルを巻いてふき取って。

耳の後ろの洗い残しに気をつけて

耳の後ろはすすぎにくいので、体を洗うときではなく、髪を洗うときに、ついでに耳の後ろまで洗う習慣をつけましょう。



【五感と意識がはたらく0歳からの人間教育】

「赤ちゃんたちは賢く生まれてくるのではなく、賢く育てられていくのだ」と新しい脳科学は実証しています。

人・もの・こと環境から新しい経験一つひとつ、赤ちゃんが聞き、見、触れ、味わい、嗅ぐもの、そして撫でられ、抱っこされ、子守唄を聞き、教わる一つひとつが脳細胞とつながるきっかけなのです。

このような経験活動の一つひとつが

「人間の脳を活性化させ賢く育てられていくのだ」

と科学的エビデンス（根拠）が報告しているのです。

また、私たちの長い臨床保育の現場から見ても「乳児は有能な学習者である」ことを思い知らされることが多々あります。

童心会ではほとんどの園に“テラスの教室”があります。

そこからばら組（0歳児）さんたちが、お兄さん・お姉さんたちの活動を見て聞いて、羨ましい気持と憧れの気持をいただくのです。

そして“やってみたいなあー！できるかな!?”という気持が

やる気（意欲）、げん気（気力）、ほん気（意志）を育み

“ひとりではできる、ひとりではできた”の成功体験を味わい、人としての成り立ちを歩み始めるのです。「家での愛された育ち、豊かな生活体験、保育園での行事園外活動、仲間たちとの交流、やさしいお兄さん・お姉さん先生とのふれあい」などが相まって“共に生きる、助け合って生きる”を学んでいるのです。

「赤ちゃんたちは賢く生まれてくるのではなく、賢く育てられていくのです。」

