



寒さの中にも春のぬくもりを感じる今日このごろ、子どもたちは進級への期待に胸をふくらませています。この一年間、温かいご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

## 「3月3日」耳の日

## 知っておきたい耳の異常のサイン

3月3日は3（み）3（み）にちなんで「耳の日」。子どもは風邪などの感染症から耳のトラブルを起こすことがしばしばあります。早く対応できるよう、耳の病気や聞こえの異常のサインを知っておきましょう。

### 耳の病気

子どもが風邪をひいて鼻水が出ているのを放っておくと、鼻水の中にウイルスや細菌が繁殖し、耳管を通して中耳に侵入して中耳炎を起こすことがよくあります。中耳の中で炎症が起こってうみがたまり熱を出すことや、鼓膜を圧迫するため強い痛みが起こります。また、鼓膜が破れてうみ（耳だれ）が出ることも。

### 発熱など、風邪の症状に加えて……

- ・しきりに耳を触る、頭を振る
- ・耳に触られるといやがる

痛みや違和感のために、耳を触ったり、頭を振ったりします。また、痛みのためにきげんが悪くなったり、夜なかなか寝なくなったりします。



### 聞こえの異常

聞こえの異常（難聴）には、生まれつき聴力が弱い場合と、病気が原因となっている場合があります。

### 難聴の原因となる病気は？

#### 滲出性中耳炎

急性中耳炎が治りきらないと、中耳にサラサラとした液（滲出液）がたまり、痛みや発熱などの症状がないため、発見が遅れることがあります。

#### おたふくかぜ（流行性耳下腺炎）

原因となるウイルスが内耳（音を感じる部分）に感染して、難聴を起こします。流行性耳下腺炎の予防接種を受けて、感染を防ぐことが重要です。

聞こえの異常は、言葉の育ちにも影響します。子どもは「聞こえにくい」ことに気づきにくく、正確に言えません。聞こえにくいサインを知って、早めに気づくことが大切です。

### チェック!

#### テレビの音が大きい

テレビの音を、必要以上に大きくします。



#### 後ろから呼んでも気づかない

後ろから名前を呼んでも振り向かなかったり、返事をしなかったりします。左右差がある場合もあります。

## 解熱剤、正しく使って

本年度はたくさんの病気が流行しました。風邪で高い熱が出る心配になりますが、発熱は体が病原体と戦うための生理的な反応です。2023年のメタアナリシス（複数の文献を検証した論文）で、解熱剤は風邪の症状の期間を短縮も延長もしないと結論づけています。解熱剤は、熱による二次的な症状を和らげる時に使います。

具体的には**熱があつて**

- ・食欲がない
- ・水分がとれない
- ・寝苦しい

という場合に解熱剤で熱を下げる事で食事、水分、睡眠がとれるようになり体が元気になるようになります。長引かせないためにもご理解ご協力をお願いいたします。

### 熱が下がれば大丈夫？

解熱剤の効果が切れたら熱がまた上がるかも……

解熱剤の効果で熱が下がるのは**5～6時間**ほどで、効果が切れたらまた熱が上がるのがほとんどです。引き続き様子を見て、静かに過ごさせましょう。解熱剤で熱を下げて無理をさせると、かえって病気が長引くおそれがあります。



## 一年間を振り返ってみよう

1年間で基本的な生活習慣は身についたでしょうか？それは健康な体作りにもつながってきます。お子さまと一緒に確認してみて、達成できなかった項目は4月からの目標にしてもいいですね。

はやね・はやおきをした



歯をきちんと磨いた



大きなケガ・病気をしなかった



友だち・お家の人と  
なかよくできた



すききらいになくなん  
でも食べた



体を動かした



手洗い・うがい  
をした



毎日、たのしく過  
ごせた



### 【一年間の生活を振り返る】

～自分を創る・人を創る・人としてどう生きるべきかを問う～

私たち（社福）童心会の“保育所保健部”の人たちは、一年間の歩み「生活・成長・発達・学習・教育」を通して身につけた事柄を目標にしていたようです。しかし私のように長い人生を歩み続けてきた者にとって大切なことは次の様になりました。

### 【改めて Human Health Care Goal を創る】

～健康な生き方が循環する文化創り～

- 1) 身体の健康
- 2) 脳の健康
- 3) 心の健康
- 4) 社会的つながり
- 5) 生きている意味・価値・目的
- 6) 他者への貢献
- 7) 地域貢献

これらはすべて新生児期・乳児期からの“原初体験”から始まっているのです。私たちはこれを「五感と六識を刺激する0歳からの人間教育」として“新しい人間教育文化”を広めてきたつもりです。

人は五感を通じた“ときめき・あこがれ”を感じて“ひとりでできる”と内発性を高めながら、体を動かし失敗体験を味わい“ひとりでできた”という“感動・感喜”の成功体験の歴史をくり返し「ヒトの成り立ちの歩み」を始めたのです。こうした歩みの中で生まれたのが「現代版 無財の七施」です。宗教観から生まれたものではなく、あえて言わせてもらえば Serve & Return（応答的やりとり・応答的関わり）を通して学んだ「人間としての生き方の智慧」になるのかも知れません。

「笑顔・挨拶・思いやり・感謝・傾聴・共感・受容」という「新しい人間教育文化の訓え」は「人間社会の生きる条理・摂理」になるのでしょうか。

改めて あなたは「どんな人になりたいですか？」と問いたいと思います。

理事長 中山勲 拝