



# てらやほけんだより



寒さがやわらぎ春の気配を感じられるようになりました。季節の変わり目は、自律神経が乱れやすく、大人も子どもも体調を崩しがちです。食事・活動・睡眠の生活リズムを整えて過ごしましょう。  
 子ども達はこの一年で見ちがえるほど大きくたくましくなりました。これからもそれぞれのペースで成長していく姿を見守っていききたいと思ひます。

## 3月3日は耳の日

子どもは耳管の構造上、中耳炎を起こしやすかったり、難聴が発見しにくかったり、耳の状態により注意していかななくてははいけません。耳の聞こえやさまざまな病気など、確認のしかたと対応法を覚えて、早期発見早期対応になるよう、気をつけていきましょう。

耳の構造

耳は大きく「外耳」、「中耳」、「内耳」の3つに部分に分けられます。  
 中耳は「耳管」という管で、鼻の奥とつながっています。子どもは大人に比べて耳管が短く、傾きがなだらかな為、鼻の中のウイルスや細菌が耳管を通して中耳に入りやすく、中耳炎を起こしやすいのです。

**だから…**  
 鼻水を放っておかない!!  
 鼻水が出ているのをずっと放っておくと、鼻水の中のウイルスや細菌が繁殖・増殖し、中耳炎の原因となります。鼻水が多い時、数日続く時は、医療機関を早期に受診しましょう。鼻をかむ事が出来るお子様は鼻をかみ、まだかむ事が出来ないお子様は吸い出す等、鼻水が留まらずに排出出来るよう見守っていきましょう。

## ことばと聴力

0～4歳は、ことばを覚える重要な時期。このとき両耳が聞こえない状態だと、ことばの習得が難しくなります。  
 難聴は生まれつきのことが多いのですが、中耳炎など耳の炎症から難聴になることもあります。子どもの耳の健康について、日ごろから気をつけていくようにしましょう。

## 子どもの「聞こえ」チェック

「聞こえてる？」と心配になったら、確認してみましょう。

- 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

〇〇ちゃ～ん

## 新年度を控えて

子供たちは皆「1つ大きくなるんだ!」と、喜びでいっぱいな時期です。ただ、なかには、大人の期待を過剰に受け止めたり、新しい環境(お部屋移動や担任が変わる事など)への気持ちが、不安だと感じるお子様もいます。今までなかったのに、急に爪をかむようになりたり、指しゃぶりをしていたり、目をパチパチしていたり、トイレの回数が増えたり等、変化が見られたら”何かストレスを感じていることがないか”、注意してみてください。気になる様子がありましたら、是非保育園にもご相談ください。ともに、お子様の成長を見守っていきましょう。