



ほけんだより 3月号



令和7年3月1日
あずさ保育園
看護師 池亀由紀

3月になり少しずつ寒さも和らいできました。今年度もあと1ヶ月となりましたね。4月のころに比べると、心も体も大きく成長した子どもたち。振り返ると一年の色々なことが思い出されます。4月からの進級・進学に向け新たな気持ちでスタートをきれるように、病気やけがに気を付け、残りの日々を元気に過せるようにしましょう。

3月3日は耳の日

耳には「音を集めたり聞いたりする」「平衡感覚を保つ」「気圧の変化を調節する」など、大切な役割がたくさんあります。耳のそばで大きな声を出さない、耳をたたかない、片方ずつ鼻をかむ、耳に物をいれない、

など守り耳を大切にしましょう。耳が病気になると、音が聞こえなくなったり、めまいがしてふらついたりします。耳は小さな器官ですが、とても大切な働きをしているのですね。



気管支喘息

気管支喘息は、アレルギー体質が原因とされる場合がほとんどです。アレルギーとして多いのは、ほこり、ダニ、カビ、花粉、ペットの毛やタバコの煙などです。幼児期に発症することが多く、発作を繰り返すうちに気道が過敏になります。少しの刺激で発作が起きやすくなります。

季節の変わり目は、体調を崩しやすいので注意しましょう。



● 転職・転居・携帯番号の変更

速やかにご連絡下さい

● マイナンバーカードと健康保険証の紐づけ(一体化)導入に伴い、お預かりしていた保険証と受給証のコピーを返却します。

・新(緊急・災害時連絡カード)をウォールポケットに配布します。

3/10(月)

・新(緊急・災害時連絡カード)と引き換えに、事務所で保険証と受給証が貼ってある旧(緊急・災害時連絡カード)を返却させて頂きます。事務所にお持ち下さい。 **3/17(月)~3/21(金)**

● 園で急に受診が必要になった場合

保険番号が不明のため、自費診療になります。診療費は、一旦、園で立替えますが、当日もしくは、近日中に保護者様がマイナンバーや領収書等を持って受診先に行ってお清算頂き、園(事務所)にご返金をお願い致します。お手数をお掛け致しますが、よろしくお願い致します。

● 体調不良でお迎えをお願いした際について

体調不良時に連絡した際には、直ぐにお迎えに来て頂きますようご手配をお願い致します。

急に抜け出せないお仕事もあるとは思いますが、なるべく早くお願いします。