ほ　け　ん　だ　よ　り

令和７年３月１日
すまいりぃ保育園

　少しずつ寒さも和らぎ、チューリップの芽も顔を出し春の訪れを感じます。
今年度も残すところ後１ヵ月となりました。大きな病気や怪我もなく、元気いっぱいに過ごせた事、嬉しく思います。身長・体重も増え、心身共に成長した子ども達です。
残りの日々も健康に過ごせるように、生活リズムを整えていきましょう。

１歳でも花粉症になる？

花粉症になるのは小学生ごろからと言われていましたが、最近は少ないながらも１歳過ぎてかかる子もいるそうです。小さい子はつらさを言葉で伝えることができないので、気になる症状が見られたら、一度病院受診をお勧めします。

気になる症状

・水っぽい鼻水が続く。
・外に出た時に目をかゆがる。
・目がぐじゅぐじゅしている。

なってしまったら

・花粉の飛ぶ時期は、布団を外に干さない。
・部屋に入る時は、服に付いた花粉をはらう。
・外から帰ったら、ぬれたタオルで顔を拭く。

投薬について

最近鼻や咳が出ていると「以前もらった〇〇の薬が余っていたので、飲ませています」と言われることが多くなりました。受診し処方された薬はその時に飲み切りましょう。症状が改善されたとしても、処方された分は飲み、しっかり治しましょう！

食品に混ぜる時は・・・

オレンジジュース、りんごジュース、スポーツドリンク、ヨーグルトなどの酸味がある物は薬によって混ぜることができません。食品に混ぜる場合、残してしまうこともあるので、薬を混ぜる時の量は少なめにしましょう。
また、ミルク、おかゆなど、主食には混ぜないようにしましょう。味の変化で食べ物自体を嫌いになってしまう可能性があります。