



ほけんだより 3月

令和6年3月22日(金)

みそらこども園

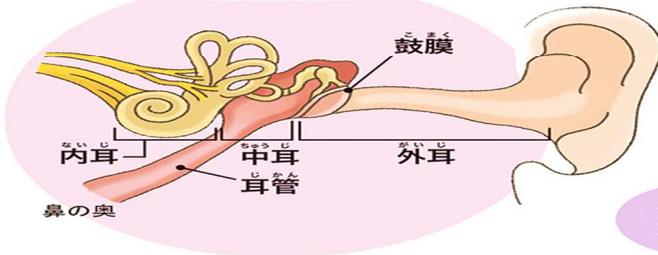


今年度も1週間あまりとなりました。5月8日に新型コロナウイルスが、インフルエンザと同じ5類にはなりませんが、発熱時の対応等感染の拡大を防ぐ為に、保護者の方にはたくさんお願いをした1年だったと思います。御協力頂き本当にありがとうございました。

秋吉・小関

「3月3日」耳の日に寄せて

耳の構造



耳の仕組みは……

耳の仕組みは、大人も子どもも同じで、外耳、中耳、内耳の3つのパートがあります。耳の穴から鼓膜までが外耳、鼓膜の奥には、中耳、内耳があります。内耳では音や体のバランスなどをキャッチしています。ただ、子どもは、大人よりも体が小さいため、子どもならではの特徴があります。

子どもの耳は……

中耳炎になりやすい

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、傾きがなだらかなため、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、鼻水の中にウイルスや細菌が繁殖し、中耳炎の原因となります。鼻水が多いとき、何日も続くときは鼻吸引器（鼻汁吸引器）などで吸ってあげましょう。



子どもの耳は……

耳掃除が大変

耳の穴が小さく、中が見づらいため、耳掃除が難しいです。また、耳の中の皮膚は敏感なため、子どもがいやがって動いて耳の中を傷つけることや、きょうだい児が抱きついてきて耳かきが押されて鼓膜が破れる事故も。

だから……

困ったら耳鼻咽喉科で相談しましょう

普段の耳のケアは、お風呂上がりなどに耳の穴の入り口を綿棒でぬぐうだけでもOKです。綿棒を奥に入れてしまうと、耳あかを奥に押し込んでしまうこととなります。耳あかがたまっているのに、耳掃除が難しいときは耳鼻咽喉科で相談しましょう。耳掃除のために受診するのは、めずらしいことではありません。



2月号に続き、脳の発達・脳育てについて考えていきます。

「おりこうさん脳」を育てるにあたって、必要な知識・学習は決して学校や塾でだけ入れればよいものではないということです。この時期、しっかり睡眠と食事をとり、自律神経がよく働いて、いつも体調がいい子どもの脳には、新しい知識や情報が刺激として無限に取り入れられます。学校の学習以外の知識や情報を、刺激として惜しみなく子どもに投入することが、おりこうさん脳時代の子どもをよく育てるコツです。「学校で習う以外の知識・情報」がたくさんある子どもであれば、「いいぞ、うちの子はよく育っている！」と自信を持ってください。たとえば宇宙人でも鉄道でも、土の中の虫でもサッカー選手の名前でも、なんだっていいのです。本当に興味を持って自発的に知識を得ようとする姿が見られるなら脳育ては大成功です。親としては可能な限り、そこに寄り添って応援してあげられるとステキだと思います。その点からすると、子どもが小さいときから親が好きなことに巻き込んでいくことが効果的かもしれません。以前かかわったお子さんは、お父さんと一緒に釣りに行くうちに、自分で水槽を10個以上保有して多種類の魚を飼育するようになり、ついには水産系の大学に進学しました。いずれの子も小中高の成績はというとトップクラスではなく、むしろ落ちこぼれでした。とはいえ、脳は確実に育っていたのです。『高学歴親という病』成田奈緒子 過干渉溺愛に潜むリスク 講談社+α新書~4月号へ続く