



まだまだ気温が低く、乾燥した日が続いていますね。緊急事態宣言中であり、外出する機会も例年より減っているため、室内で過ごすことが多いと思います。お家でも、こまめに窓を開けて換気をし、空気の入れ替えを心がけましょう。



## 内科健診がありました

1月20日に内科健診がありました。7月の健診は泣いていた子どもも多くいましたが、今回は少なく前回よりもとてもスムーズに行うことができました。幼児クラスさんは、順番を待つときもとても静かに並ぶことができている、7月よりも成長を感じました！

去年度の後期内科健診は、全体的な乾燥肌を指摘されている子どもが多く、アトピーの発症を防ぐためにも保湿をしっかりとしましょうとお伝えしていました。今回は、そのような指摘の子どもは少なく、みなさんしっかりお家で保湿をされていると感じました。今年は、コロナもあり保育室は常時換気をしているため、暖房の設定温度も高くなっています。そのため、室内乾燥も例年より強くなってしまったため、加湿器の使用やタオルを濡らして干すなどの対策を行っています。それでも十分ではない日もあり、乾燥での掻きむしりを防ぎ快適に園生活を送るために、登園前と入浴後の保湿塗布を引き続きお願いします。

受診報告書をお渡しした方や、受診をご提案させていただいた方は、受診されましたら結果を看護師が担任までお知らせください。

## 窒息・誤嚥に 注意！！

厚生労働省の調査によると、2019年までの過去6年間で、食品を誤嚥して窒息したことにより、死亡した5歳以下の子どもが73名いるとのことです。2月2日は節分ですが、毎年乳幼児による豆の窒息事故が絶えません。また、豆だけではなく、ナッツ類やブドウやミニトマトでも子どもの死亡事故事例が起っています。

以下は消費者庁からの注意喚起です

↓  
硬い豆やナッツ類など、硬くてかみ砕く必要のある食品は、5歳以下の子どもには食べさせないでください。  
ミニトマトやブドウなど、球状の食品を丸ごと食べさせると、窒息するリスクがあるため、乳幼児には2～4等分にする、調理してやわらかくするなどして、よく噛んで食べるように促しましょう。  
窒息とはならなくとも、気管に入ると誤嚥して気管支炎や肺炎となる事もあります。  
物を口に入れたまま、走ったり、笑ったり、泣いたり、お話をすると、窒息や誤嚥につながるので注意しましょう。

## 耳掃除について

内科健診アンケートで、乳児幼児ともに質問が多かったのが、子どもの耳掃除について・耳掃除はした方がいいのか・家でできなければ耳鼻科にいった方がいいのかという質問でした。基本的に、乾いた耳垢は自然に外に出てくることが多いですが、量が多かったり、湿った耳垢は自然にでるのは難しく、中に溜まって耳垢塞栓となり、耳の穴を塞いでしまうこともあります。子どもの耳掃除は、動く鼓膜を傷つけたり、リスクを伴うものです。安静にできる子は綿棒（ベビー用がいいです）で拭きましょう。奥まで入れすぎず、最大1cmくらいまでにしましょう。子どもは月1～2回行う程度でいいとされています。嫌がる場合は無理にしようと思わず、奥で耳垢がたくさんたまっているのが見えたら、無理はせずに、耳鼻科の先生にとってもらいましょう。耳掃除だけの耳鼻科受診も保険がききますよ。

耳の中の掃除は月1～2回程度でいいですが、入り口の周りなど、耳介の溝や耳の裏は、お風呂上りにきれいにふくようにしましょう！

