



## のびのびひろば

開催日 毎週 火・水・金曜日  
時間 9:30～14:30  
場所 みなみ保育園

保育園の子育て支援室を開放しています。  
子育て仲間を誘ってゆったり過ごしてくださいね。  
室内のおもちゃは自由に使えます。

## 乳幼児に多い感染症

## マイコプラズマ肺炎

●症状  
飛沫感染し、2～3週間の潜伏期間を経て頭痛や倦怠感、発熱などの症状が見られます。2週間程たつと、乾いたせきが目立ってきます。次第にたんをともなうせきが夜間に目立つようになります。

●注意すること  
乾いたせきが2～3週間続く、夜間にせきで眠れない時などは、受診します。熱が下がり、せきも治って、医師の許可があれば登園は可能です。

## 季節の草花

## オオイヌノフグリ

春に咲く花としてよく知られるオオイヌノフグリは、早ければ2月頃から咲き始めます。このころはまだ草丈が低いので、3月以降に見る姿とは少し異なります。春のように群生しては咲かず、ポツポツと咲いていることが多いので、冬ならではの雰囲気を楽しんでください。



2～3月は、花粉症のシーズン。花粉症の症状は風邪とまぎらわしく、子どもは症状をうまく言えません。気になるときは、小児科や耳鼻咽喉科などで相談しましょう。

## 子どもの花粉症について

## こんなサインに注意

## 花粉症の三大症状

くしゃみが出る

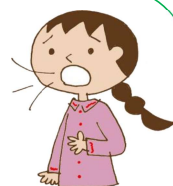
鼻水・鼻づまりが続く

目をする

大人の病気と思われがちですが、5～9歳では13.7%、10～19歳では31.4%もの子どもが花粉症だというデータがあります。花粉症の症状があっても、熱がないなら大丈夫、と油断しがちですが、花粉症の症状がずっと続くだけでなく、さまざまな問題を招くおそれがあります。

## ●口をいつも開けている

しつこい鼻づまりのために、口呼吸になります。乾いた空気が口からのどに入るため、風邪などをひきやすくなるおそれがあります。



## ●なかなか寝ない

## ●日中元気がない、機嫌が悪い

息苦しさのために、よく眠れなくなります。そのため、昼間に元気に遊べなかったり、機嫌が悪くなったりします。小学生になると、授業に集中できないなどの問題がおこってくることも。

## 花粉と接する機会を減らそう

花粉症対策は、花粉に触れないようにすること。花粉に接する機会が多いほど、花粉症になる可能性が高くなります。花粉が増えるシーズンは、治療と予防をかねて、身の回りの花粉との接触を減らしましょう。

## 花粉を家に持ち込まないために

## 外干ししない

花粉が多く飛ぶシーズンは、洗濯物を外に干すのを控えましょう。

## 玄関で脱ぐ

外から帰ったら、コート類は玄関で脱いで着るなど、室内に花粉を持ち込まないようにしましょう。

## 服からも取り除く

衣類をはたくと、花粉が舞い散って逆効果です。粘着テープなどで取り除く、花粉がつきにくい素材の上着を選ぶなどがおすすめです。



## おすすめの絵本

## ねずみくんのチョッキ

作：なかえ よしを  
絵：上野 紀子  
出版社：ポプラ社



おかあさんがあんでくれた赤いチョッキ。「びったりにあうでしょう」ねずみくんはうれしそうに言います。いいチョッキです。すると、あひるくんがやってきて言うのです。「ちょっときせてよ」そうやってあひるくんがチョッキを着ていると、今度はさるくんが言います。「ちょっときせてよ」さらにあしかくん、ライオンくん.....

## どろんこ ハリー

作：ジーン・ジオン  
絵：マーガレット・ブレイ・グレアム  
訳：わたなべ しげお  
出版社：福音館書店



ハリーは、黒いぶちのある白い犬です。なんでも好きですが、お風呂に入ることだけは、だいikirいでした。ある日、お風呂にお湯を入れる音が聞こえてくると、ハリーは体を洗うブラシを口にくわえて逃げだして、ブラシを裏庭に埋めました。それから、家の外に出て行ってしまいます。泥だらけ、すすだらけになったハリーが家に戻っても誰も分かってくれません。がっかりしたハリーが、裏庭でブラシを見つつけ出し、わんわん吠えと.....

2月は一年で最も寒い時期ですね。寒い日が続くと、室内での遊びが増えますが、リズム遊びや体を動かす遊びを取り入れることで、寒さに負けない体づくりができます。また、2月は季節の行事を楽しむ機会もあります。節分では鬼のお面を作ったり、節分にちなんだ絵本を読んだりして、日本の文化に親しむのもおすすめです。寒い日が続きますが、春の訪れを楽しみにしながら、元気に過ごしていきましょう。