



今年度も残すところあと1か月となりました。1年前を思い起こし、子どもたちひとりひとりの表情、行動に、あらためて大きな成長を実感しています。みんな元気に新年度を迎えられるよう、感染症対策をしっかりとおこないましょう。

3月3日は耳の日です。ちょっとした不注意が、中耳炎・外耳炎の原因になることもあります。日ごろから気をつけるようにしましょう。

耳をつめで引っかいたり、強く引っばったりしない



耳あかかたまっていないか、こまめにチェック



鼻をかむときは、片方ずつ静かに



耳のそばで、大きな音や声を出さない

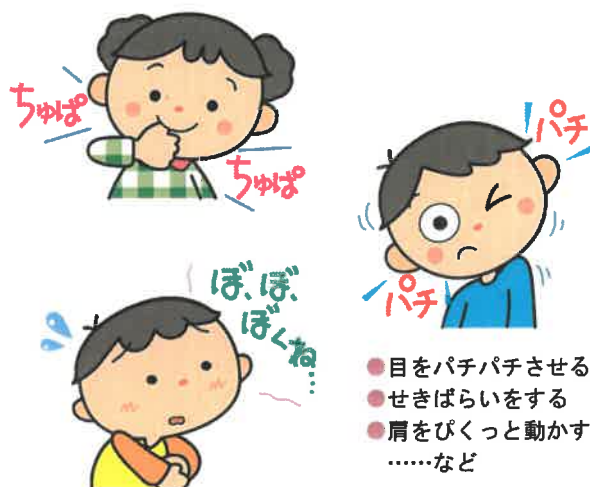


新型コロナウイルスによる感染者が世界に広がっており、沖縄県でも感染者が確認されました。改めて感染症対策の下記の点について確認していきましょう。

- ① マスクの着用  
口や鼻の粘膜を乾燥から防ぎ粘膜へのウイルス等の付着を防ぐ、咳、くしゃみが出たら他の人にうつさないようにするため着用することは大切です。
- ② 手洗い  
細菌やウイルス等は手を介して鼻や口、目等の粘膜から体内に入ります。帰宅時の手洗いで外部からの病原体を持ち込まない。また手指等のアルコール消毒は有効だと言われています。
- ③ 人ごみを避ける  
人が多いところほど感染症に罹患する確率が上がります。
- ④ 睡眠  
睡眠不足は抵抗力を弱めてしまい、感染症にかかりやすくなります。意識して睡眠をとり抵抗力を高めましょう。

### 進級・就学を控えて 気持ちが不安定になる 時期です

新年度を控え、多くの子どもたちが、「1つ大きくなる」という喜びでいっぱいな時期です。ただ、なかには、大人の期待を過剰に受け止めて、気持ちが不安定になる子どももいます。今までなかったのに、急に次のようなようすが見られたら、何かストレスを感じていることがないかどうか、注意してみてください。



- 目をパチパチさせる
- せきばらいをする
- 肩をぴくっと動かす  
……など