

# ぱおぱお ニュース

## < 病気の豆知識 >

### 今月は… 『花粉症（アレルギー性鼻炎）』です

昨年花粉飛散量は平年、前年を大きく上回りました。大量飛散の翌年にあたる今シーズンの花粉飛散量は、昨年と比べると少なくなるものの、夏の高温・多照が影響し、平年に比べると同程度かやや多くなる予想です。

花粉の飛散開始時期は、暖冬傾向のため早まり、関東地方では2月上旬からと予想しています。スギ花粉の本格飛散は2月中旬～3月中旬、ヒノキ花粉の本格飛散は3月下旬～4月中旬で、その後、飛散量は段々と少なくなる見込みです。

子どもは自分の症状をうまく伝えられません。大人の観察が重要になります。

#### <子どもの花粉症 発見ポイント>

##### ★鼻づまり

くしゃみが増えるより、鼻づまりになることが多いです。

鼻が小さく詰まりやすいうえ、しっかりと鼻水をかむことができず、溜まってしまいます。息苦しくて口呼吸になります。熱もなく鼻づまりが続くようであれば、花粉症かもしれません。



##### ★鼻水

花粉症の鼻水は、大人はサラサラとした鼻水が多いですが、子どもは粘り気のある鼻水が多いです。中耳炎や副鼻腔炎などの併発も多いので注意が必要です。

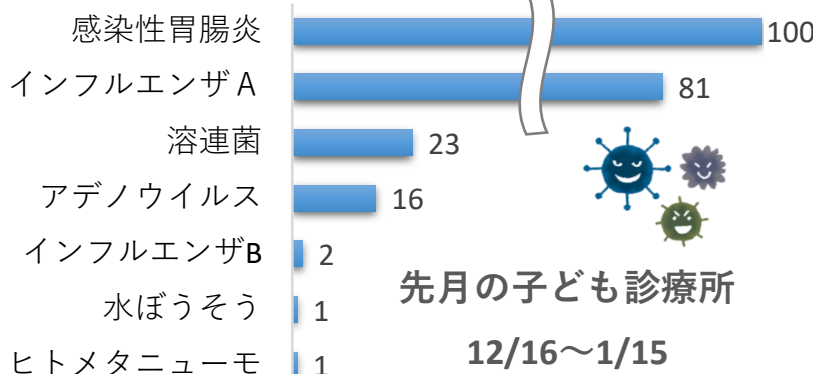
##### ★目の症状

目のかゆみなどの症状も、高い確率で発症傾向にあります。頻繁にこすったり、充血、むくみなどもあります。



子どもでも花粉症の症状はとてもつらくストレスです。やる気や気分も落ち込みます。花粉症のためにみんなと同じように活発に活動できないのは、悲しいことです。正しい治療で花粉症の症状をできる限り抑えてストレスを軽減し、普段と同じ日常生活を送れるようにしてあげましょう。

## < 感染症情報 >



#### 子ども診療所では…

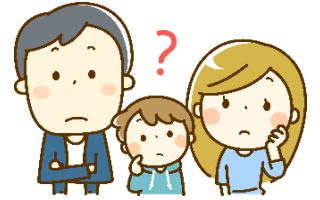
- ・引き続き胃腸炎が大流行中です。
  - ・インフルエンザもさらに増えています。
  - ・年明けから再びコロナウイルスも増えてきています。
- 周囲の感染状況を把握しづらくなったので、人が集まる場所などは気をつけましょう。

#### 病児保育室ぱおぱおでは…

- ・インフルエンザや胃腸炎のお子さんの入室が目立ちました。



今年は4年に一度のうるう年です。カレンダーを見ると、2月は29日までありますね。ところで…「うるう年ってなあに?」「どうして4年に一度なの?」お子さんに聞かれたら、答えられますか?



【 4年に一度しかないひみつ 】

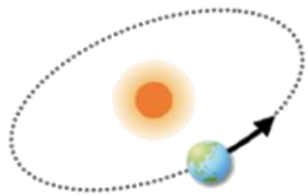
普段、地球は回転(自転)しながら1年(365日)をかけて、太陽の周りを1周(公転)しています。ただし、ぴったり1年ではなく、6時間弱のズレが毎年起きているそうです。そのズレを修正するために、6時間弱×4年=24時間弱(約1日)ということで、4年に一度、2月を1日増やして調整しているんですね。



それでも微妙な誤差はあり、長い年月を経てズレは大きくなるため、さらに100年、400年の単位でも、うるう年の定義があり、微調整しているそうです。



自転 1日で1回転



公転 1年で1回転

お子さんとカレンダーを眺めながら、うるう年の話をしてみてもいいかもしれません。太陽と地球、天体、暦、数字…、お子さんは何に興味を持つでしょうか。小さなきっかけが、大きな未来にも繋がるかもしれません。



☺ <スマイルコーナー> 病児保育室での可愛いエピソードなどをご紹介しますね。

『 あこがれ 』

先日入室した4歳の男の子。回復期で元気いっぱい。おしゃべりをたくさんしてくれる中でも、今一番の話題は『はじめてのおつかい!』お正月にテレビで放送されたのを見たらしく、とても印象が強かったようです。「〇歳の〇〇ちゃんは〇〇を買いに行ったんだよ! 〇〇は買い忘れちゃったんだけどねー。」と、みんなお友達かのように、事細かに何度も話してくれました。

そして「ぼくもおつかい行きたいんだよなあ〜、一人で行けると思うんだけどなあ…」とつぶやいていました。「青信号は手を挙げて、右見て左見て…」と実演しています(笑) お昼寝前には絵本の『はじめてのおつかい』を読んでもらい夢の中へ…。いつか行けるといいね!

(作:筒井頼子 絵:林明子)



新規ご登録は随時行っております。まずはお気軽にお電話を♪

お問い合わせ 病児保育室ぱおぱお(月~金 8:30~17:30)

TEL 042-521-2777