



ほけんだより

3月号



令和5年2月28日

名手保育園

少しずつ暖かくなりはじめ、柔らかな春の日差しを感じられるようになりました。今年度も残すところあと1カ月。たくさんの思い出でいっぱいの1年もしめくくりの時期となりました。体の成長もですが心も成長した子どもたち。4月から新たな気持ちでスタートをきれるように、病気やけがに気を付けて残りの日々も楽しく過ごしましょう。

1年間、健康に過ごせましたか？

お子さまと一緒に1年間を振り返ってチェックをしてみてください。チェックのできなかつた項目は4月からの目標にしましょう。

- 早寝早起きができた
- 朝ご飯を毎日食べた
- 好き嫌いをせずに何でも食べた
- 食後は歯みがきをした
- 毎朝、うんちをした
- 外でたくさん遊んだ
- 外から帰ったら手洗い・うがいをした
- 友達と仲良く遊ぶことができた



3月3日は耳の日

耳をのぞいてみましょう

子どもの耳を観察してみてください。びっくりするほど耳あかが詰まっていることがあります。たまりすぎていると聞こえが悪かったり、プールに入ると水でふやけて鼓膜を圧迫したり、時には菌が繁殖して、外耳炎を起こすこともあります。

耳あかが見えていても取りづら
いときは、無理をせず耳鼻科
を受診しましょう。



進級・進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、中には、進級に対し不安な気持ちを持つ子、大人の期待を過剰に受け止めて不安定になる子もいます。今までなかったのに、急に次のような様子が見られたら、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。



- チック
- 指しゃぶり
- 吃音(どもい)

- 夜泣き
- おねしょ
- 爪かみ

