

# 3月のほけんだより

ながらこども園  
令和3年2月26日 発行

少しずつ寒さも和らぎ、柔らかな春の日差しが感じられるようになりました。暖かい日差しのもと、園庭で体をいっぱい動かし遊ぶお子さんたちには、少し汗ばむ様子も見られます。元気いっぱい遊んだあとは、体を清潔にして夜は早めに休み、体を暖かくして風邪をひかないように気をつけましょう。

## 進級・就学に向けて

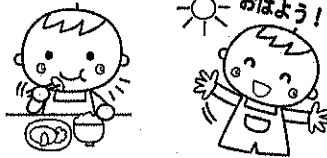
### ○入園・進級のしおりをご確認ください。

P.9「保健・健康に関すること」について、大きな変更はありませんが、改めて内容の確認をお願いします。

### ○一年間を振り返り、新年度の目標を立てましょう。

丈夫な身体をつくり、園で元気いっぱいに過ごせるよう、以下のことができましたか？できなかったことは、来年度の目標にしましょう。

- 早寝早起きができた
- 朝ごはんを毎日食べた
- 外でたくさん遊んだ
- 手洗い・うがいをした



### ○身の回りの物を清潔にしましょう。

水筒、おしぼり、給食用エプロン、午睡布団等、汚れがひどくなっているものはありませんか？汚れをそのままにしておくと、新しい汚れにも気づきにくくなり、不衛生な状態が続いてしまいます。身の回りの物を清潔にして、気持ちよく新年度をスタートできるようにしましょう。

### ○お子さんの不安な気持ちに寄り添いましょう。

新年度を控え、「一つ大きくなる」という喜びでいっぱいな時期ですが、中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お子さんもいます。急に以下の様子が見られたら、無理にやめさせるのではなく、お子さんの不安な気持ちを受け止めるようにしましょう。

指しゃぶり・つめかみ



どもり



チック



目をパチパチさせる、咳払いをする、肩をびくっと動かすなど。

### ○年長のお子さん・保護者の方へ

就学に向けて、お子さんたちは基本的な生活・衛生習慣が身についただけでなく、体調が悪い時には自ら異常を正しく伝え、具合が悪いお友達には優しい言葉をかけることができるなど、心身ともに成長された姿が見られます。これからも自分やお友達のことを大切にできる皆さんでいてください。皆さんの健やかな成長を願っています。



保健師 牧野 利香



### 身体測定日

3歳以上児 3/3 (水)  
3歳未満児 3/10 (水)

当日は着脱しやすい服装で、髪を結んでいる場合は頭の上には結ばないようお願いいたします。



### 感染症発生・流行状況

(2月末現在)

- ひまわり組
- さくら組
- すみれ組
- もも組
- れんげ組
- いちご組
- すすらん組
- たんぽぽ組

2月は感染症の発生・流行ともありませんでした。感染症対策にご協力いただきありがとうございます。

※感染者が発生した場合は、各クラスや昇降口に発生状況を掲示しますのでご確認ください。

### 3/15(月)は町の健診があります

対象のお子さんは忘れずに受診しましょう。

#### 1歳6か月児健診

平成31年5月1日から令和元年7月31日生

#### 3歳児健診

平成29年7月1日から平成29年8月31日生

#### 2歳児歯科健診

平成30年8月1日から平成30年9月30日生

### 耳を大切に ～3月3日は「耳の日」です～

耳には音を聞くことだけでなく、片足で立つことができるなど、体のバランスを保つはたらきがあります。

また、耳の奥には鼓膜という薄い膜があり、鼓膜がふるえることで音を伝えています。鼓膜のさらに奥は、鼻やのど、口につながっています。そのため、風邪をひいたりして鼻水をすすると、鼻水が耳に流れ込んで中耳炎になります。

急性中耳炎は激しい耳の痛みや高熱、耳だれが見られることが特徴です。急性中耳炎を繰り返すと滲出性中耳炎になり、痛みや熱はありませんが耳の中に分泌液がたまり聞こえにくくなります。また、分泌液が自然に吸収されるまでには時間がかかり、場合によっては鼓膜を切開することもあります。

普段からお子さんの耳の聞こえや様子に変わったことがないか注意し、鼻水が出る時は中耳炎にも気をつけるようにしましょう。



### ことばの遅れと聴力

ことばの発達には個人差がありますが、難聴が原因でことばの遅れが見られることもあります。ことばの遅れが気になる時は、1歳6か月児健診や3歳児健診で相談してみましょう。

### 「受診結果報告書」の提出について

昨年10月に行った内科検診・歯科検診・視力検査で異常の疑いがあると判定されたお子さんは、必ず受診をお願いします。

まだ提出されていない方は、3月中に必ず提出してください。