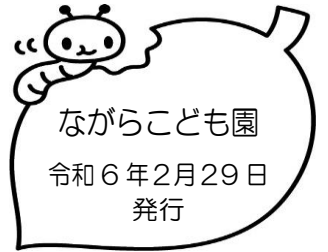
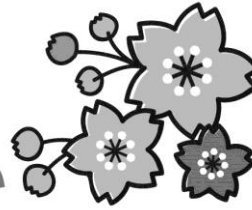




3月の ほけんだより



1年間ほけんだよりをお読みいただきありがとうございました。こんな情報が知りたい、こうした方が
良いなど、ご意見がありましたらぜひお待ちしております。
看護師 萩原 あずさ

🌸進級・就学に向けて🌸

○1年間元気に過ごせましたか？

今年度も残り1か月。1年間どれくらい健康に気をつけて
過ごせたでしょうか。できなかった項目は4月からの目標に
してみましょう。

- 早寝早起きをした
- 手洗いうがいを心がけた
- 3食しっかり食べた
- 元気に挨拶した
- 毎日体を動かして遊んだ
- お友達と仲良くした

○入園・進級のしおりを必ず確認してください。

P9～P15に保健・健康に関することが記載されていま
す。特に(2)健康管理について、(3)登園基準・保護者
への連絡のめやすをよくご確認ください。

○お子さんの不安な気持ちに寄り添いましょう。

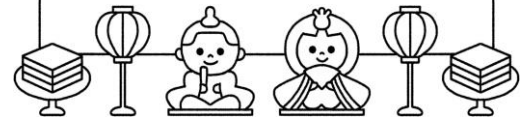
新年度を控え「一つ大きくなる」という喜びでいっぱいな
時期ですが、大人の期待を過剰に受け止めて気持ちが不安定
になるお子さんもいます。お子さんの様子に注意し、急に指
しゃぶりや爪かみをし始めたり、目をパチパチさせる、ども
るなどの様子が見られたら、無理にやめさせずにお子さんの
不安な気持ちを受け止めるようにしましょう。

身体測定日

3～5歳児 3/5(火)

0～2歳児 3/6(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。



「受診結果報告書」の 提出について

昨年10月に行った内科
健診・歯科検診・視力検査
で受診勧奨と判定されたお
子さんは、必ず受診をお願
いします。

受診の結果を、3月中に
お知らせください。

3月3日は👂耳の日👂です

耳は音を聞いたり、体のバランスをとったり
とても大切な働きをしています。



耳がいやがることしていませんか？

耳もとで大きな音を聞いたり、テレビやゲームなどを大音量
で聞き続けたり、イヤホンなどで小さな音でも長い時間、聞き
続けたりすると、耳の聞こえが悪くなることがあります。小さ
めの音に音量を下げる、1時間以上聞き続けられないことが大切
です。

耳をたたくと耳の中にある鼓膜が痛むことがあります。また
耳と鼻は体の中でつながっているので、両方の鼻をいっぺん
にかなだり、強くかなだりすると耳が痛むことがあります。耳は
たたかない、鼻は片方ずつそっとかむことが大切です。

鼻水が出る時は中耳炎に気をつけましょう

風邪を引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ることがあります。
耳を触って気にする、耳を痛がる、耳だれが
見られるなどの場合は、早めに耳鼻科を受診しましょう。



はぎわら 先生から

年長児のみなさん
ご卒園おめでとうございました🌸

これまで身に付けた健康習慣を
継続して学校生活も元気に
楽しく過ごしてください。
これからもみなさんの
健やかな成長を...
願っています。

