

少しずつ暖かくなり始め、柔らかな春の日差しを感じるようになりました。4月からの進級、進学に向け、子どもたちのワクワクしている様子が見られます。あっという間に1年も終わりに近づいています。病気やけがに気をつけ、残りの日々も楽しく過ごしましょう。



耳の日



「3」は耳の形に似ていることなどから3月3日は耳の日とされています。子どもは耳の病気にかかりやすいので、日頃からお子さまの様子をよく観察しましょう。

大切な耳を守るために
気を付けたいこと！

- 鼻をすすらず、かむ習慣を付ける
- 鼻水は、ゆっくりと片方ずつかむ
- 耳の近くで大きな声や音を出さない
- 耳をたたかない
- 耳掃除は綿棒で外耳道を拭き取る程度に行う



母子手帳、 定期的に見直してみませんか

母子健康手帳は、お母さんの妊娠から出産、そしてお子さんの出生から小学校入学（6歳）までの健康を切れ目なくサポートするための、大切な記録です。



☑チェック！

- ☐ 身体発達曲線に、記録していますか？
身体発達曲線（成長曲線）には、子どもの身長と体重の目安がのっています。お子さんの身長体重の測定値を記入してみましょう。
- ☐ 予防接種、受け忘れはないですか？
3歳以降は予防接種の数が減るため忘れがちです。小学校以降に受ける予防接種もあります。就学後も時々チェックしましょう。
※だいち組の方は、麻疹風疹ワクチンの確認をお願いします

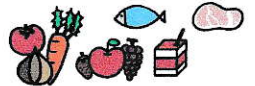
～母子手帳を使うのは主に6歳までですが、それ以降も大切に保管しておきましょう～

おしらせ・おねがい

◎ほけんのはなし

だいち：「からだごうこくしくみ」

骨と筋肉を強くするには？
好き嫌いをせず様々な種類の物を食べましょう。運動、睡眠も大切です。



つむぎ：絵本「いいタッチわるいタッチ」

ひなた：絵本「だいじだいじどーこだ？」

からだの特別大切なところはどこでしょう
絵本を読んでお話ししました。

◎週に1度はつめのチェックを

つめが割れたり、かけたりする子が多くみられます。つめがのびていると、ケガの原因にもなります。週に1度はつめの手入れをお願いします。

◎靴のサイズを確認しましょう

子どもの足はいつの間にか大きくなっています。サイズがあっているか確認をお願いします。

◎3月の保健行事

4日～身体測定

18日 0歳児健診

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。

- 早寝早起きができた
- 朝ご飯は毎日食べた
- 好き嫌いをせず何でも食べた
- 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

