3月 ほけんだより

2024 年３月１日
社会福祉法人　国立保育会
上井草保育園

暖かい日差しが少しづつ春の訪れを感じさせてくれるようになりました。今年度もあと１か月となりました。お子さまたちは４月の進級や進学を前に、わくわくどきどきしている様子が見られます。今年度最後の月を楽しく過ごしましょう。保護者の皆様、お子さまの健康管理にご理解ご協力いただき、本当にありがとうございました。

進級・就学を控えて
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、なかには、大人の期待を過剰に受け止めて、気持ちが不安定になる子どももいます。
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。

- 目をパチパチさせる
- せきばらいをする
- 肩をびくっと動かす

……など

気になる事がありましたら、お気軽に担任にご相談ください

耳の日

「３」は耳の形に似ていることなどから３月３日は耳の日と言われています。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

足に合った靴で元気にあそぼう！

すぐに成長するからと、つい、合わない靴をはかせていませんか？　靴が足に合っていないと、不自然な足の使いかた、歩きかたのまま足が育つことになります。成長著しいこの時期こそ、適切な靴選びが重要なのです。再度見直してみましょう。

つま先にゆとりがある
理想は５㎜。すぐに成長することを考え、５～９㎜のゆとりがあるものを。指が自由に動かせるように、つま先が広がって厚みがあることもだいじ。

調整ベルトがついている
足を固定し、足と靴を一体化させる。

柔らかく、クッション性のある靴底
足の動きにフィットする柔らかさと、地面からの衝撃を和らげるクッション性が必要。

【今月の保健行事】

3/14（木）　　新入園児健康診
3/6(水),13(水), 27(水)　０健診

【今月の感染症報告】

*インフルエンザ（Ｂ型）…５歳児２名
*コロナウイルス…０歳児３名,1 歳児１名,
３歳児１名
*下痢,嘔吐…０歳児１名,1 歳児１名,4 歳児１名
*溶連菌…０歳児３名,1 歳児１名,４歳児１名
*水疱瘡…２歳児１名、４歳児１名
*頭しらみ…５歳児１名