



3月になります！4月の入園、進級から比べて、体は大きく成長し、出来ることもたくさん増えました。先生や、お友達とのやり取りにもやさしさや、ルールを守るなど、情緒面も育っています。毎日お忙しい中での送迎や体調管理ありがとうございます。保護者の皆様も日々、ご自身の体調に留意ください。家族が元気である事は子どもの心が元気になります。あっという間に大きくなる子どもたちです。

いま、このとき！！ 育児をぜひとも楽しんでくださいね！



😊 今月の保健行事 😊
3月10日 身体計測



内科検診の結果について
2/24の検診結果で
乾燥肌、湿疹→保湿をしっかりと。
水いぼ→数が少ないうちに皮膚科で取る。
保湿して、増えないようにする。で対処を！
その他ご質問は看護師までどうぞ。



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



1年間、健康に過ごせましたか？

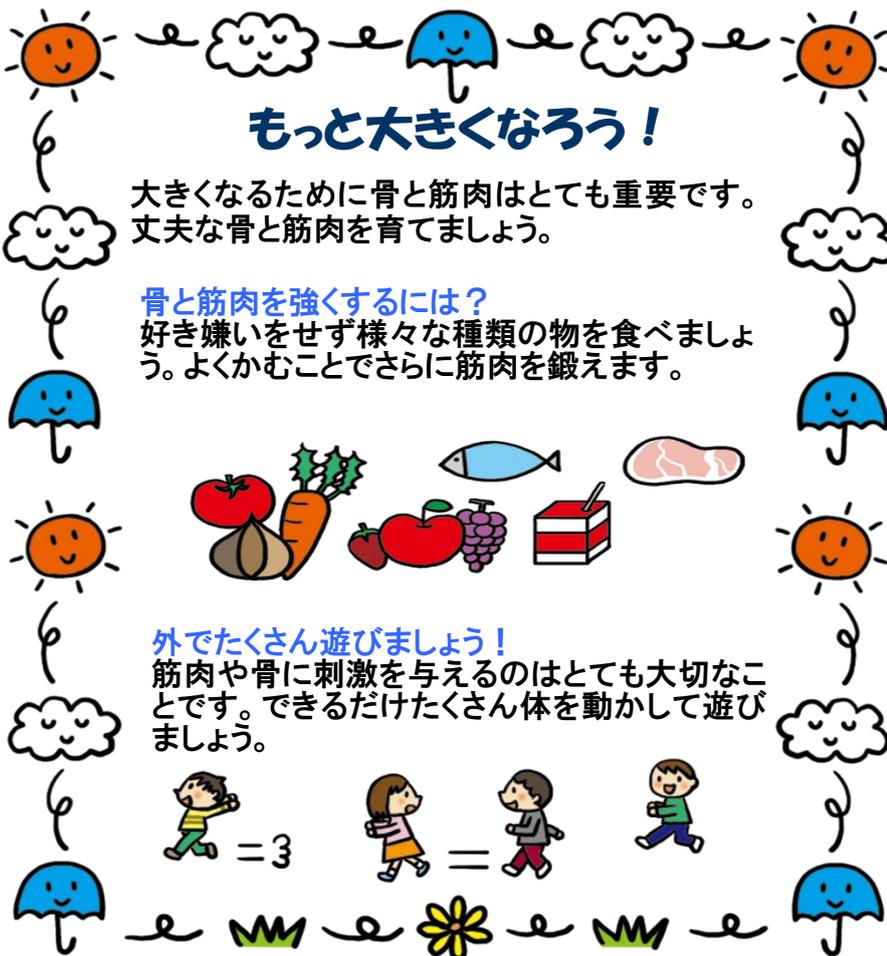
お子さまと一緒に1年間を振り返ってチェックをしてみてください。チェックのできなかつた項目は4月からの目標にしてみましょう。

- 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



こんなに大きくなりました！

	クラス	1歳児	2歳児	3歳児	4歳児	5歳児
身長(cm) 平均値	R2.4月	77.7	87.2	92.7	102.7	109.4
	R3.2月	86.0	94.6	102.6	108.2	114.6
	差	+8.3	+7.4	+10.3	+5.5	+5.2
体重(Kg) 平均値	R2.4月	10.2	12.2	13.1	16.0	18.0
	R3.2月	11.5	14.1	15.9	17.7	20.5
	差	+1.3	+1.9	+2.8	+1.7	+2.5

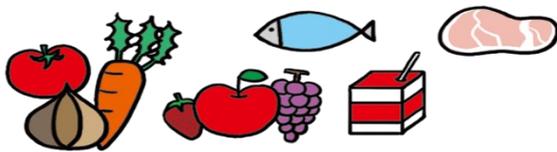


もっと大きくなろう！

大きくなるために骨と筋肉はとても重要です。丈夫な骨と筋肉を育てましょう。

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。よくかむことでさらに筋肉を鍛えます。

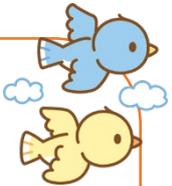


外でたくさん遊びましょう！

筋肉や骨に刺激を与えるのはとても大切なことです。できるだけたくさん体を動かして遊びましょう。



保護者の皆様へ



本年度も本園での保健活動
にご理解、ご協力に
感謝いたします。

卒園して1年生になる皆さん、
夜は早く寝て、朝ごはんを
しっかり食べて、できれば
ゆっくりトイレもしてから
学校に行こうね！
いっぱい遊んで元気に
過ごしてくださいね！

進級する皆さんはワクワク！
保育園で楽しくあそぼうね！