



テラスハウス保育園

少しずつ寒さが和らぎ、日中は温かい日差しがさす日も増えてきました。しかし、この時期は朝晩だけでなく、日中も突然真冬の寒さが戻ってくることがあるので、衣服の調整をできるようにしておきましょう。子どもたちは、4月からの進級に向け、ワクワクドキドキしている様子が見られます。1人ひとりの気持ちを十分に受け止め、病気やケガにも気を付けながら、残りの日々を楽しく過ごしましょう。

## お子さんの成長、『見える化』しましょう

3月は1年の総まとめの時期です。この1年のお子さんの成長を、母子手帳をひらいて振り返ってみましょう！



### 母子手帳の保管場所は決まっていますか？

～母子手帳は大切な健康の記録～

○小学生や中学生になってから受けるワクチンがある（日本脳炎Ⅱ期、子宮頸がんなど）

⇒時々受け忘れがないか見返してみましょう

○将来、留学や仕事などで予防接種の接種歴を見るなど、必要な場合がある

⇒6歳以降も保管場所を決めて、大切に保管する。



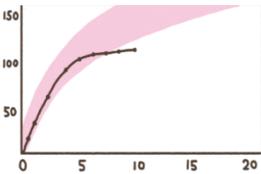
### 成長曲線に計測値を記録してみましょう

〈見方〉

身体発達曲線にある「子どもの身長と体重の育ちの目安」と、園や健診などで計測したお子さんの測定値のグラフが平行に伸びている⇒順調に成長している

※大切なのは経過とバランスです。少し大きめでも、小さめでもカーブの度合いに沿って育てているなら問題ありません。

成長のカーブがゆるやかな時は、かかりつけ医に相談してみましょう。



## 健康状況

インフルエンザや胃腸炎、発熱でお休みされるお子さんがおられました。近隣では下火にはなっていますが、まだインフルエンザなどに罹られる方がおられます。引き続き、定期的な換気や温度調整、加湿など室内環境を整えたり、手洗い・うがい、手指の消毒を丁寧に行いながら感染防止に努めています。

ご家庭でも手洗い、うがいを忘れずに人込みへのお出かけの際はマスクを着用するなど、感染予防を行いましょう



## 保健行事

身体計測

3月 9日(月)



## 2歳児元気っこ教室 がらがらうがいしよう！

病気にかからないようにする『がらがらうがい』。「家でもやってる」と上手にやって見せてくれる子もいました。上を向いて「がらがら」するのがちょっとむずかしかったり、吐き出すとき服を濡らしてしまう子もいましたが、がんばって練習されていましたよ。



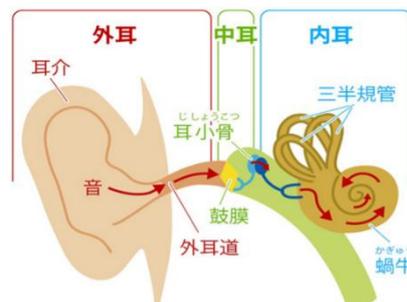
## 『 3月3日は「耳の日」 』



**耳くそ** は・・・**実は耳を守るイヤツ**だった！

“耳くそ”とあまり良い表現をされない、耳の中にある白っぽくてカサカサ・ネバネバしたもの・・・。正しい名前は、「耳あか」と言って、いろんな役割を持っています。

- ★ 耳の中にある「がいじどう（外耳道）」という細い道が傷つかないようにする
- ★ 耳の中でバイキンが繁殖するのを防ぐ
- ★ 虫が入ってこないようにする



耳掃除をたくさんすると耳あかを耳の奥に押し込んで固めてしまったり、耳の穴や皮膚を傷つけてしまうこともあります。「耳あか」はみんなの耳を守ってくれるイヤツ！耳掃除は2週間に1回耳の入り口付近（特に溝になっている部分）や耳の後ろをきれいにふき取るだけで大丈夫です👍

### 大切な“耳”を守るポイント

『中耳炎』の予防

- 🔴 鼻水はすすらない
- 🔴 片方ずつ、静かに鼻をかむ



『外耳炎』の予防

- 🔴 耳あかの取りすぎや爪で耳を傷つけないようにする



『聞こえ』を守る

- 🔴 耳の近くで大きな声や大きな音を出さない



外傷から守る

- 🔴 耳を叩いたり、強く引っ張ったりしない

