



3月になり、少しずつ寒さも和らいできました。沢山の思い出でいっぱいとなった1年も締めくくりの時期となりました。4月の頃に比べ、心も体も大きく成長した子どもたち。4月から新たな気持ちでスタートを切れるよう、今から生活習慣をしっかりと見直しましょう。

～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

子どもの「聞こえ」チェック

- 大きな音に驚いたり、目を覚ましたりするか
- おもちゃの音に振り向くか
- 周囲の呼びかけに振り向くか
- 音楽に合わせて踊るか
- 好きな音楽やCMソングなどに反応するか
- 声のみの指示に従うか
- 発達にそって、習得することばは増えているか

～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。
 - 指しゃぶり、つめかみ
 - チック（目をパチパチさせる、咳払いをする、肩をぴくっと動かすなど）
 - どもり

爪について

爪の働き

指先を保護したり、手の平側からの感触を受け止めたりする他にも、爪から健康状態を知ることができます。爪全体の色が紫色をしていたり、白くにごっていたり、すじや溝ができている場合は病気の可能性もあるので、気になる場合は病院へ行きましょう。

爪ケアのポイント

爪の手入れの目安は1週間に1回程度です。お風呂上がりの爪がやわらかい時が切りやすいのですが、切り過ぎるとばい菌が入ることもあるので深爪にならないよう、十分に気を付けましょう。



～子ども予防接種週間～

3月1日から7日は、予防接種週間です。予防接種の見直しをして受け忘れがありましたら、体調のいい時に計画的に受けましょう。保育園は、いろいろな子どもたちが共に過ごす集団生活の場です。予防接種は出来るだけ受けて頂くようにお勧めしています。

●予防接種は危険？



予防接種による副反応などの弊害がクローズアップされ、不安になっている方も多ようです。しかし、最近ではワクチン自体の安全性も高まっており、副反応よりも予防接種を受けないで病気にかかった場合の後遺症や死亡の確率の方がずっと高いと考えられています。



3月の保健行事

<身体測定>

- 12日：ひまわり、ゆり、ちゅうりっぷ組
- 19日：すみれ、あじさい、よつば組

※髪の毛の長いお子さんは、身長を測る時に結び目が身長計に当たらない位置(顔の横か後ろ)で結んでください。



<頭髪検査>

4日・18日