



3月のほけんだより



令和6年2月29日
社会福祉法人たつみ会
認定こども園
柱本保育園
こども未来学舎

寒さがやわらぎ、春の気配を感じられるようになりました。

「一つおおきくなる」喜びで、わくわくしている子どももいれば、進級を控えて気持ちが不安定になる子もいます。気持ちに寄り添い、それぞれのペースで成長していく姿を見守っていきましょう。病気やけがに気を付け、残りの日々も楽しく過ごしましょう。



☆耳の日☆



●ほけん目標
一年間の成長発達を確認する

耳に、鼻に物が入ったら！



「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 気をつけたいこと！

- ・鼻をすすぐらず、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

こんな症状が見られたら、耳鼻咽喉科に相談を！

耳の健康チェック

- 向かい合って話せば通じるが、背後から声をかけると返事をしない。
- 会話をしていて、何度も聞き返す。
- 話しかけられても、ぼんやりしたり後から聞き返したりすることが多い。
- テレビの音量を大きくしたり、近づいて見る。
- よく耳を触っている。



衣替えサイズもチェック！

体を動かして確認しましょう。

身長だけでなく、体にあってることも大切です。しゃがんだときに、おしりや太ももがきつくないか、腕を上げたときに肩がきつくないかも確認しましょう。



靴も忘れずに確認しましょう。

子どもの足は、1年で約1cm大きくなります。
靴がきついと足の成長を妨げますし、緩すぎると、転ぶ原因にもなります。
定期的に靴が足に合っているか確認しましょう。

