

ほけんだより 3月号

令和8年3月2日
大山保育園
看護師 中山・桐野

いよいよ年度末の3月になりました。この1年間でお子さんがどのくらい成長したか、園で計測した体重と身長を、母子健康手帳などの「身体発育曲線（成長曲線）」に記載してみましょう。

成長曲線でお子さんの成長を確認しましょう



身長が高い・低いは個性！
伸びるのが早い子も
遅い子もいます。
身長と体重のバランスが
大切です。

母子健康手帳

将来、留学や仕事などで予防接種の接種歴を見るなど、お子さまにとって大切な「健康の履歴書」になります。家族で置き場所を決め大切に保管しておきましょう。

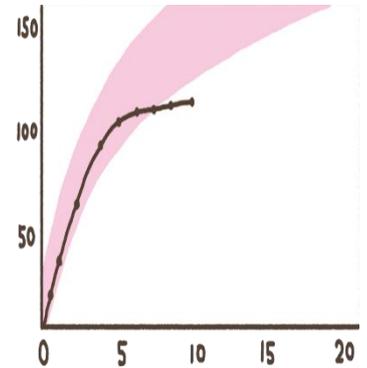


どんなことがわかるの？

体の成長は心身の発達と深い関係があります。成長曲線には、それぞれの年代の目安・標準的な発達が色付きの帯状カーブで示されています。お子さまの成長カーブが成長曲線のカーブと平行して伸びていれば順調に成長していることがわかります。

どんな時に注意が必要なの？

同年代の子どもと比べて大きい小さいかを気にする必要はありません。大切なのはお子さまの成長カーブが、成長曲線と合っているかどうかです。傾きがなだらかな場合は、成長障害のサインである可能性があります。健診時に指摘された場合は、早めに医療機関の受診をお勧めします。



3月3日は耳の日

『耳掃除』うまくできていますか？

耳掃除は気をつけていても、耳の後ろや耳のみぞは見落としがち。お風呂で洗う習慣をつけましょう。

また、耳には「耳あか」を外に排出する仕組みがあります。耳あかを取ろうとしてかえって耳の皮膚を傷つけることもあるので、耳の穴の入り口に近いところにある大きな耳あかを取り除くだけで大丈夫です。



子どもの耳は小さく、みぞに汚れがたまりがち。綿棒などで優しく拭いてあげましょう。髪を洗うときに、耳の後ろも洗いましょう。



進級・就学を控えて

新年度を控え、多くの子ども達が、「1つ大きくなる」という喜びいっぱいの時期です。ただ、なかには周囲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。なんとなくこれまでと様子が違うと感じたらゆっくり話を聞いて、不安な気持ちに寄り添ってあげてください。

保育園でも子ども達の様子を見守り、寄り添っていききたいと思います。

2月の感染症情報 (2/1~2/24)

インフルエンザ	4名
ウイルス性胃腸炎	2名
溶連菌感染症	1名

