



# 3月のほけんだより



令和6年3月発行  
愛護保育園

今年度も残すところあと1か月となりました。1年前を思い起こし、子どもたちひとりひとりの表情、行動に、あらためて大きな成長を実感しています。みんな元気に新年度を迎えられるよう、最後のひと月、たいせつに過ごしましょう

## 耳を健康に！

3月3日は耳の日でした。ちょっとした不注意が、中耳炎・外耳炎の原因になることもあります。日ごろから気をつけるようにしましょう。

**1** 耳をつめで引っかいたり、強く引っばったりしない

**2** 耳あかがたまっていないか、こまめにチェック

**3** 鼻をかむときは、片方ずつ静かに

**4** 耳のそばで、大きな音や声を出さない

### 2月の感染症

- 溶連菌感染症 1名 (りす組)
- インフルエンザ B 15名 (ひよこ組以外のクラス)
- コロナウイルス 12名 (全クラス)

季節は、まだまだ寒く、日々の寒暖の差があります。先月は、コロナウイルスとインフルエンザ感染症が同時に流行し、主な症状は発熱でした。今後とも、保護者の皆様の暖かい御支援・ご協力の程を宜しくお願い致します。

3月は、新年度に向けて、心身共にわくわくドキドキする時期ですね。早寝早起き朝ごはん、生活リズムと体調面を整えていきましょう。また、水いぼが増えたり、頭ジラミがいた場合には、病院での処置と駆除の方を宜しくお願い致します。爪が長いと、皮膚を傷つけてしまう恐れがあるので、こまめに切るようにしましょう。

### 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、急に次のようなようすが見られたら、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

- 目をパチパチさせる
- せきばらいをする
- 肩をびくっと動かす
- ……など