



白鳥保育園

平成 30 年 3 月 1 日

看護師

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感じています。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。



●大切な耳を守るために気をつけること●

ちょっとした不注意が、中耳炎・外耳炎の原因になることがあります。日頃から気をつけるようにしましょう。

①耳をつめでひっかいたり、強くひっぱったり、たたいたりしない。②鼻をかむときは片方ずつゆっくり静かにかむ。③耳あかがたまっていないかこまめにチェックし(耳だれがある場合は耳鼻科を受診しましょう)耳掃除は汚れが少ない時は月に 1 回程度にして、掃除をする時は綿棒で外耳道を軽くふきとる程度にしましょう。④耳の近くで大きな音や声を出さない。

つけたり、感染を防いだり、かかってしまっても軽くすむようにするものです。

●2 月はインフルエンザが 5 名出ています。

3 月 21 日 (水) は卒園式
3 月 30 日 (金) は修了式と大事な行事を控えているので引き続き体調管理に気をつけていきましょう。

保育園は免疫が未熟な乳幼児が集団生活をする場所です。感染にかかる頻度は、家庭内保育児よりも明らかに多いと言われています。



体調のよい時に予防接種を受けましょう。対象年齢にも気をつけましょう。

【進級前に予防接種の確認をしましょう！】

予防接種は自然に感染すると重症化しやすい病気に対してつくられています。病気にかかる前に免疫を



☆もっと大きくなろう！☆

大きくなるために骨と筋肉はとても重要です。

丈夫な骨と筋肉を育てましょう。

骨と筋肉を強くするには、好き嫌いをせず様々

な種類の物をたべましょう。

外でたくさん遊びましょう。

筋肉や骨に刺激を与えるのがとても大切なこと

です。できるだけたくさん体を動かして

遊びましょう。

❁ 1 年間、健康に過ごせましたか

お子さまと一緒に 1 年間で振り返ってチェックをし

てみてください。チェックのできなかった項目は

4 月からの目標にしてみましょう。

早寝早起きができた

朝ご飯は毎日食べた

好き嫌いをせずに何でも食べた

食後は歯みがきをした

毎朝、うんちをした

外でたくさん遊んだ

外から帰ったら手洗い・うがいをした

友達と仲良く遊ぶことができた

危ない遊びはしないようにした

家族でよくおしゃべりをしてコミュニケーショ

ンをたくさんとるようにした

新年度もよい習慣を身につけ、心身ともに健康に過

ごせるようにしていきましょう。

また、お子さま自身が意識して生活していけるよう、

みんなで協力していきましょう。

