



3月のほけんだより

令和5年3月1日発行
くろかわのぞみ保育園
NO.132

少しずつ暖かくなり始め、柔らかな春の日差しを感じるようになりました。4月からの進級、進学に向け、子どもたちのワクワクしている様子が見られます。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。

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
つかみ》



《チック》



《どもり》



1年間、健康に過ごせましたか？

お子さまと一緒に1年間を振り返ってチェックしてみてください。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



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食べましょう。よくかむことでさらに筋肉を鍛えます。

<外でたくさん遊びましょう！>
筋肉や骨に刺激を与えるのは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。

2月の感染症

感染症は
ありませんでした。

感染症の診断がつきましたら、早めに園までご連絡おねがいたします。

園医健診

3月28日（火）
（0・1歳）

体調不良時以外はなるべく出席していただけるようご協力お願いいたします。