



# 3月のほけんだより

令和8年3月1日発行  
くろかわのぞみ保育園  
NO.168

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ていますが、それと同時に不安を抱える子どももいます。以下に詳細載せてますので参考にしてください。

## 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、急に次のような様子が見られたら、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。もしこのような様子が見られましたら、担任までお知らせください。

《指しゃぶり  
つかみ》



《チック》



《吃音》  
(どもり)



おおきくな  
ったかな♪

## 身体測定

3月17日(火)

全園児同日におこないます。  
欠席されたお子さんは後日個別に測定をおこないます。  
園内の状況により日にちが変更になる場合も  
ございます。

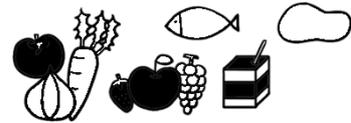


## もっと大きくなろう！

大きくなるために骨と筋肉はとても重要です。

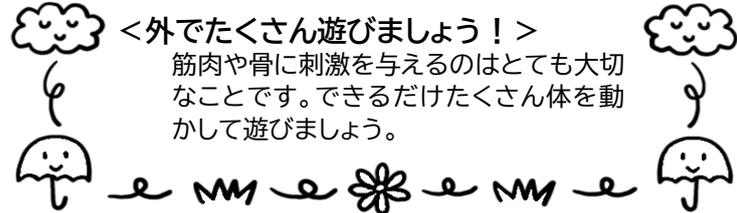
<骨と筋肉を強くするには？>

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

2月はインフルエンザが流行しました。『発熱は一瞬だけ』『最高熱が低め』『翌日検査しても陰性…再度発熱で陽性』など、異例なケースが多く蔓延した経緯がみられました。体調不良時には、園内やクラス内の感染状況を医師へ伝えただけでの受診や、陰性でも体調が優れないままの登園を控えていただくことで感染の蔓延は減らすことができますので、ご協力おねがいたします。

インフルエンザ A 型…1名

インフルエンザ B 型…41 名

## 園医健診

3月24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。