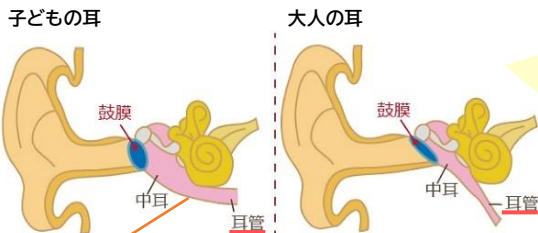


やわらかな春の日差しを感じられる季節になってきました。3月9日は「サン(3)キュー(9)」の語呂合わせから、「感謝の日」とされています。この日は、1年間を振り返って、ご家族同士で感謝を伝え合う日にしてみてはいかがでしょうか？また、たくさんの思い出や経験が詰まったこの1年間をお子さんと一緒に振り返ってみるのもいいですね。

3月3日は耳の日



短い・傾斜がなだらか

子どもは耳管の構造上、のどや鼻からのウイルスや細菌が入り込みやすく、風邪などの感染症から耳のトラブル(中耳炎など)をおこすことがよくあります。日頃からお子さんの様子をよく観察しましょう。

チェック!

こんな様子はありませんか？

- ✓ しきりに耳をさわる、頭を振る
- ✓ 機嫌が悪くなる
- ✓ 理由もなくぐずる
- ✓ 耳に触れられるのをいやがる
- ✓ テレビの音が大きい
- ✓ 後ろから呼んでも気付かない

★症状をきちんと言葉で伝えるのは
 子どもにとってはまだ難しいものです。
 左のような変化に気づいたら、
 なるべく早く耳鼻科を受診しましょう。

耳さうじのポイント

やりすぎない!

月に1~2回!

ゴリゴリしない!

綿棒を軽くクルクル

まわす!

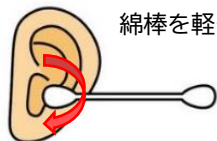
つっこみすぎない!

入口から1cm

くらいまで!

かたいものは*!

綿棒がおすすめ!



ふだんはお風呂の後、
 タオルを指にまいて
 クルッとひとふきで
 OKです!



1年間、元気に過ごせましたか？

お子さんのことを考えながら、また、お子さんと一緒に、1年間を振り返ってチェックしてみましょう。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。

- | | | | |
|---------------------------------------|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> 早寝早起きができた |  | <input type="checkbox"/> 毎朝、うんちをした |  |
| <input type="checkbox"/> 朝ご飯を毎日食べた | | <input type="checkbox"/> 外でたくさん遊んだ | |
| <input type="checkbox"/> 好き嫌いせず何でも食べた | | <input type="checkbox"/> 外から帰ったら手洗いをした | |
| <input type="checkbox"/> 夜寝る前に歯みがきをした | | <input type="checkbox"/> 友達と仲良く遊ぶことができた | |

★新年度★気持ちよくスタートするために

上靴や靴、衣類の
 サイズは体に合っ
 ていますか？



持ち物の名前が消えて
 いたり、名前シールがは
 がれていたりしていま
 せんか？

『早寝早起き朝ごはん
 +朝うんち』
 生活リズムは整って
 いますか？



今から整えておきましょう!

年長児の保護者の方へ

- 麻しん風しん混合(MR)ワクチン2期の予防接種はお済みですか？
 無料で受けることができる定期接種期間は令和6年3月31日までとなっています。接種を受けるには事前予約が必要ですので、まだの人は医療機関に問い合わせましょう。
- 気になるところは受診を
 歯科(むし歯治療やフッ素塗布等)や眼科(視力や物の見方が気になる等)など、就学時検診で受診を勧められたところや気になるところは小学校入学までに専門医の診察を受けるようにしましょう。

