



# ほけんだより

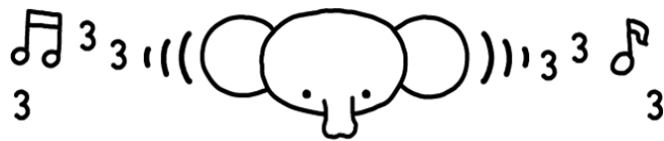
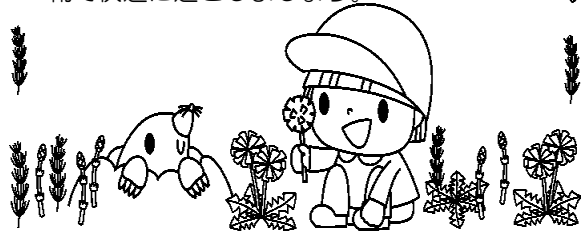
青い鳥保育園  
令和5年3月8日  
看護師：大倉直美

暖かく、やわらかな春の日差しを感じる日が増えました。今年度も残すところあと1カ月！つばめ組さんにとっては保育園生活もあとわずかとなります。1年前を思い起こし、子どもたち、ひとりひとりの表情、行動に改めて大きな成長を実感しています。みんな元気に進級・進学を迎えるために、規則正しい生活を心がけ、心身共に健康で過ごしましょう。



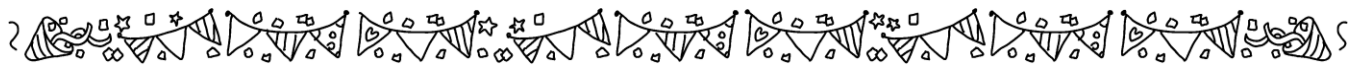
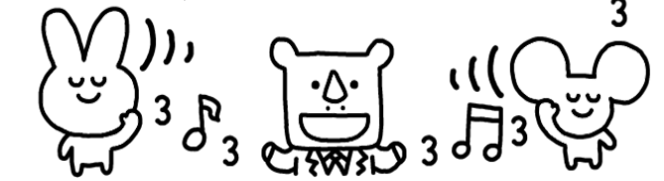
## 子どもの成長について

出生時平均約50cmの身長は5歳を超えると倍になります。体重は出生時平均約3kgですが、5歳では平均19kgと6倍以上です。あっという間にぐんぐん成長するので、新学期に向けて洋服や靴のサイズのチェックをお願いします。体に合ったサイズの服や靴で快適に過ごしましょう。



## 耳を大切にしましょう

お子さんの耳について不安があれば、早めに耳鼻咽喉科を受診しましょう。子どもは聞こえが悪かったり痛みなどの違和感があったりしても、上手に伝えられないことがあります。テレビの音を大きくする、音に反応しない、など気になる様子があったら、専門医に相談してみましょ



## 自転車のルールが令和5年4月から変わります。

令和5年4月1日から、自転車に乗る際はヘルメット着用が努力義務になります。なぜヘルメットを着用しなければならないかというと、自転車乗車中に亡くなられた方の6割が頭部に致命傷を負っているからなのです。ヘルメット着用時の致死率は、ヘルメット着用時の約3倍です。また、子どもは大人よりも頭部の比重が大きいいため頭部を負傷しやすい傾向にあります。大人も子どももヘルメットを着用し安全に自転車に乗りましょう。



## 次年度に向けて

新年度を控え、多くの子どもたちが「一つ大きくなる」という喜びでいっぱい時期です。ただ、中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。今まで出なかったサインが見られたら、何かストレスになっていることはないか注意してみてください。

例えば・・・ 指しゃぶり・爪噛み どもり チック（目をパチパチさせる 咳払いをする等）

気になる場合は園長や担任にもご相談ください。



保護者の皆様へ

昨年度から続いた新型コロナウイルス感染症で休園やお休みが続いた年度初めでしたが、大きな事故なく過ごしていくことができました。保護者の皆様にはいつも多大なご協力をいただき誠にありがとうございました。



つばめ組の保護者のみなさんへ

あっという間の日々でしたが、子どもたちが立派にたくましく成長していく姿を通して私もたくさんのお話を学ばせていただきました。これからも、お子様が健やかに成長し、大きく羽ばたいていくことを陰ながら応援しています！！