



ほけんだより

3月号

2026年3月1日
志田町保育室
看護 師

日ごとに暖かくなり、お散歩が楽しい季節です。3月は1年の総まとめの時期です。本年度も感染症予防などさまざまなお願いにご協力を頂き、ありがとうございました。みんな元気に新年度を迎えられるよう、最後のひと月大切に過ごしましょう！

お子さんの成長、「見える化」しましょう

園では毎月、子どもたちの身長と体重を計測しています。ぜひ、母子健康手帳などの身体発達曲線（成長曲線）に記入して、成長「見える化」しましょう。

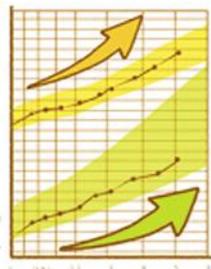


グラフのカーブが大事

数字では、増えているかどうかはわかりませんが、グラフにすると、成長曲線に沿って、順調に増えているかが見えてきます。

少し小さめでも、伸びの度合いに沿って育っているなら問題ありません。

心配なのは、伸びの度合いが低いときです。



点にこだわらない

計測値を記入すると、つい「同年代の子どもに比べて大きいか、小さいか」に注目しがちですが、大切なのは経過です。例えば、成長曲線は2歳でグラフが分かれています。これは身長を立てて測るようになるため。身長や体重はちょっとしたことでも影響を受けるため、数字だけを見るのではなく、長い目で子どもの育ちを見守りましょう。

3月3日は「みみの日」です。耳は、音を聞いたり、体のバランスを感じ取ったりする大切な器官です。子どもは風邪などの感染症から耳のトラブルを起こすことがしばしばあります。早く対応出来るよう、耳の病気や聞こえの異常のサインを知っておきましょう。

発熱など、風邪の症状に加えて

- ・ しきりに耳を触る。頭を振る。
- ・ 耳を触られるといやがる。
- ・ 痛みなどで機嫌が悪い。

テレビの音大きい

- ・ テレビの音を必要以上に大きくする。
- ・ 後ろから呼んでも気がつかない（返事をしない）

