



3月のほけんだより

今年度も残すところあと1か月となりました。1年前を思い起こし、子どもたちひとりひとりの表情、行動にあらためて大きな成長を実感しています。みんな元気に新年度を迎えられるよう、最後のひと月の1日1日を大切に過ごしていきたいと思ひます。



3月3日は耳の日です★

ちょっとしたことが、中耳炎・外耳炎の原因になることもあります。日ごろから気をつけるようにしましょう。今月は、耳の健康についての保健指導をすみれ・れんげ・さくら組で行います。

耳を健康に!!

- 耳をつめで引っかいたり、強く引っばったりしない
- 耳あかがたまっていないか、こまめにチェック
- 鼻をかむときは、片方ずつ静かにかむ
- 耳のそばで、大きな音や声を出さない

胃腸炎に気をつけましょう!!

先月、0・1歳児クラスにて胃腸炎が流行しました。保育園でも感染予防に努めていますが、家庭内で簡単にできる予防法についてお伝えさせていただきます☆

予防のポイント・・・

① 手洗いと換気

→一番大切なこと！換気のポイントは風の通り道（入り口と出口）を作ること。

② 嘔吐物・便の片付け方

→使い捨て手袋・マスクを着用する。床などの消毒にはアルコール消毒は効果がないため塩素系漂白剤（ハイターやブリーチなど）を使用する。

③ 汚れた衣類の洗濯方法

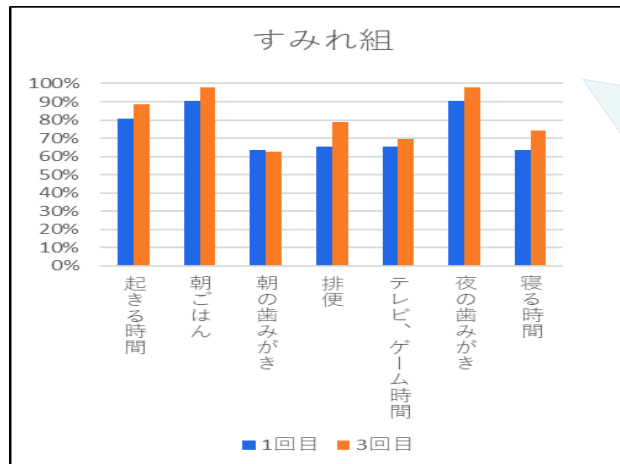
→汚れた衣類は感染源となるため、他の衣類と分けて洗うと良い。



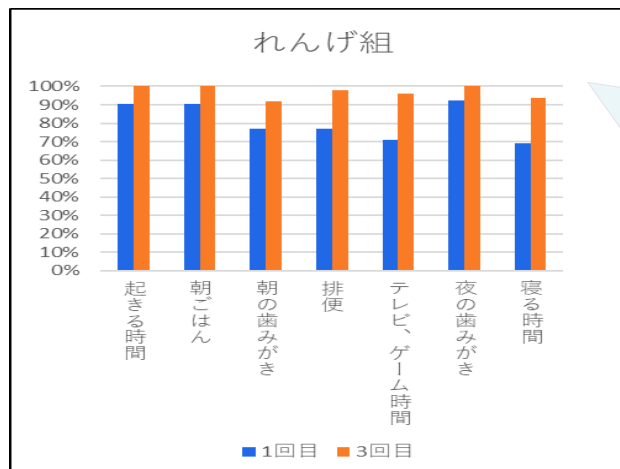
嘔吐物や便を取り除き、塩素系漂白剤に30～60分浸す。色落ちが心配なものには85℃以上の熱湯に1分以上浸すとよい

チャレンジカード結果発表

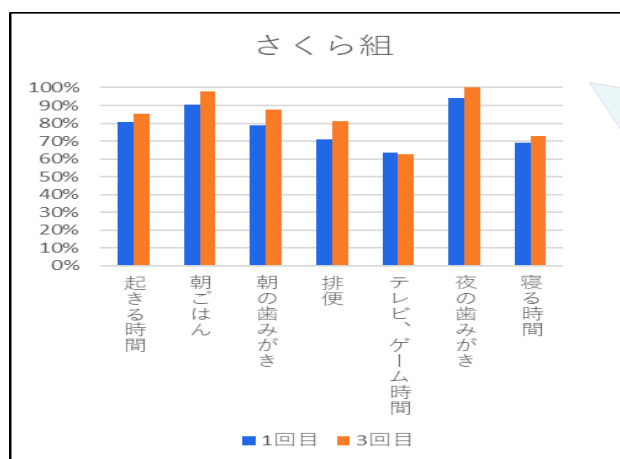
1回目の結果と比較して3回目は達成率が高く、頑張っ取り組まれていたことがわかりました。お子さまへ励みとなる声かけをありがとうございました。夜の歯磨きのように、朝の歯磨きも意識して行っていけるとよいですね☆
※下記のグラフは、チャレンジ週間のうち4日以上クリアできた達成率を表しています。一部ではありますが、保護者の方の感想をご紹介します♪



- ・排便は何回か座ってみることはできました。
- ・休日でも一緒に工夫したり体を使って遊んだり親子時間が増えて楽しく過ごせました。
- ・メディア、朝の歯磨きを頑張られてシールが増えると嬉しそうでした。
- ・早く起きるには早く寝る！と早起きを頑張っていました。



- ・時計を見ながら動いて頑張っていたと思う。
- ・年長に向け早寝早起き、歯磨きを頑張ります。
- ・家族全員同じ心掛けができると思う。
- ・メディア時間も姉と一緒に字を書いたり、お描きをして過ごし頑張りました。
- ・テレビを見ずにぬり絵やひらがなドリルなど考えて行動することができました。



- ・朝もよく食べ、うんちが朝のうちに出ることが増えた気がします。
- ・テレビやゲームではなくぬり絵やお絵描きなどで遊ぶことができました。
- ・目覚ましをかけ自分で起きる練習をして、はりきって頑張っています。
- ・自分から進んで歯磨きができ、丁寧にしっかり磨くことができました。

今年度も、元気いっぱいチャレンジカードへのご協力ありがとうございました。来年度も、6月・11月・1月の3回の実施を予定しております。ご協力お願い致します★