

ほけんだより



あすなろ第2保育園

たくさんの思い出でいっぱいとなった1年も締めくくりの時期となりました。4月の頃に比べて、心も体も大きく成長した子どもたち。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。また、保護者の皆さま方には、保健活動においてのご理解、ご協力をいただき、この1年を過ごせました事を感謝申し上げます。今年度も残すところあと1カ月となりました。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。

* * * * * 1年間健康に過ごせましたか? * * * * *

お父さまと一緒に1年間を振り返ってチェックしてみてください。

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。

- 早寝早起きができた
- 朝ごはんは毎日食べた
- 好き嫌いをせずに何でも食べた
- 食後は歯みがきをした
- 毎朝、うんちをした
- 外でたくさん遊んだ
- 外から帰ったら、手洗い・うがいをした
- 友だちと仲良く遊ぶことができた



* * * * * 3月3日は耳の日です * * * * *

1956年に社団法人耳鼻咽喉科学会の提案により制定され、「難聴と言語障害をもつ人々の悩みを少しでも解決したい」という思いから記念日になりました。

ちょっとした不注意が、中耳炎・外耳炎の原因になることもあります。

日頃から気をつけるようにしましょう。

耳をつめでひっかいたり、
強く引っばったりしない



鼻をかむときは、
片方ずつ静かに



耳のそばで、
大きな音や声を出さない



さくらぐみのおともだちへ

4がつからはしょうがくせいですね。ほいくえんでげんきにすごせるようにきをつけたことは、これからもきをつけて、げんきにおべんきょうしたり、おともだちとたのしくすごしてくださいね♪

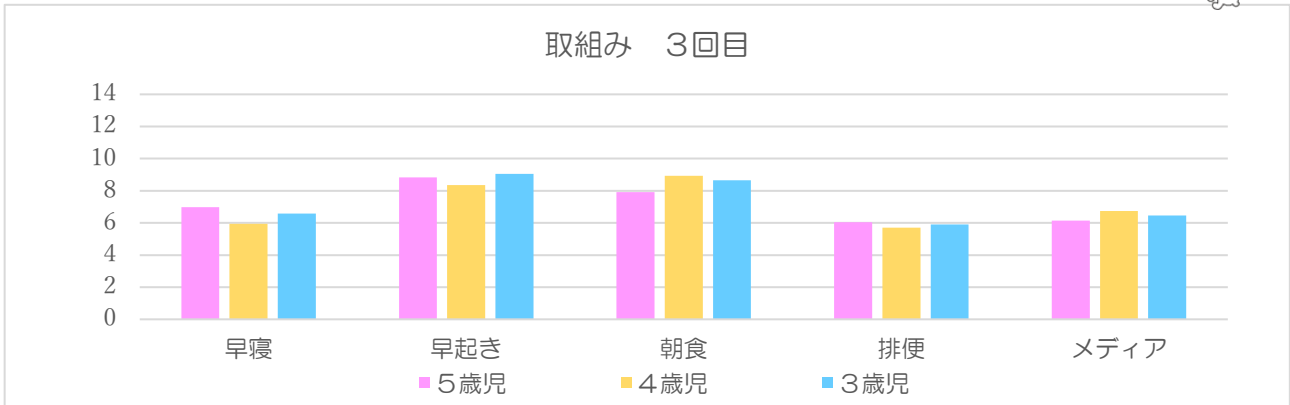
ごそつえんおめでとうございます!!



生活習慣チェックについて(集計結果)

2月に第3回生活振り返り週間として、3歳児すみれ組、4歳児れんげ組、5歳児さくら組の皆さんにご協力いただき、早寝9時、早起き7時、バランスのよい朝食摂取、朝トイレ(排便)、メディア接触1時間までという内容で、1週間取り組んでいただきました。ご協力ありがとうございました。

集計結果をお知らせします。(グラフはクラスの平均であり、満点は14点です)



5歳児さくら組
ダウンメディアのために
取り組んだ内容ベスト3

- 1 折り紙
- 2 ぬり絵 絵本を読む
- 3 お絵かき

4歳児れんげ組
ダウンメディアのために
取り組んだ内容ベスト3

- 1 ぬり絵
- 2 絵本を読む
- 3 お絵かき 外で遊ぶ

3歳児すみれ組
ダウンメディアのために
取り組んだ内容ベスト3

- 1 絵本を読む
- 2 ぬり絵
- 3 お絵かき ブロック

チャレンジしてみた感想(保護者の方より)

《5歳児さくら組》

○最近ではゲームにはまっていてダウンメディア期間に入る前は、結構ゲームの時間が増えていたけど、意識してみると意外と「ゲームしたい」となることもなかったので、普段から意識していきたいです。

○排便は朝のリズムが難しかったです。親子共に意識できたのが良かったです。

《4歳児れんげ組》

○赤・黄・緑にある食品を意識して朝食を準備しました。ごはんは茶碗に入れてだとなかなか食べなかつたり残したりがありますが、おにぎりにして食べやすくしたり、工夫をするといつもより食べていました。

○ゲームは父が帰って来てから、何時までだよ、と時間を決めるようにしました。以前は駄々こねていましたが、時間になるとすんなりやめてくれるようになりました。また意識して続けていこうと思います。

《3歳児すみれ組》

○今回の目標を毎日本人へ伝え続けました。月曜日くらいから「30分以上 YOUTUBE を見たら×」と言い始め、絵本を読んだり、「一緒にブロックで遊ぼう!」と誘ってくれるようになりました。これからも継続していきたいです。

今年度は、3回の取り組みをしていただきました。保護者の皆様、お忙しい中、取り組みにご協力いただき、ありがとうございました。3歳児すみれ組さん、4歳児れんげ組さんは、来年度も取り組みを予定しておりますので、引き続きご協力よろしくお願ひいたします。5歳児さくら組さんは、保育園での取り組みは最後でしたが、校区により、取り組みもあるようですので、これからも、早寝・早起き・朝ごはんの規則正しい生活を心がけていただければと思います。

