



2025年3月1日 晴見保育園

寒さが緩み、やわらかい日差しが顔を出す季節となりました。今年度もあと僅かです。この1年で様々な経験をし、心身ともに大きくなった子どもたち。思い出に残るような日々を過ごせるようサポートしていきたいと思います。心身ともに元気に新年度を迎えられるよう、生活のリズムを整えていきましょう。



耳の日

「3」は耳の形に似ていることなどから3月3日は耳の日と言われています。子どもは耳の病気にかかりやすいので、日頃からお子さまの様子をよく観察しましょう。

大切な耳を守るために
気を付けたいこと！

- ・鼻をすすらず、かむ習慣を付ける
- ・鼻水は、ゆっくりと片方ずつかむ
- ・耳の近くで大きな声や音を出さない
- ・耳をたたかない
- ・耳掃除は綿棒で外耳道を拭き取る程度に行う

1歳でも花粉症になる？

花粉症になるのは小学生ごろからと言われていましたが、最近は少ないながらも1歳過ぎでかかる子もいるそうです。小さい子はつらさを言葉で伝えることができないので、気になる症状が見られたら、一度病院の受診をお勧めします。

気になる症状

水っぽい
鼻水が長く

外に出たときに
目をかゆがる

目がくじく
じゅじゅしている

なってしまったら

- ・花粉の飛ぶ時期は、布団を外に干さない
- ・部屋に入るときは、服に付いた花粉をはらう
- ・外から帰ったら、ぬれたタオルで顔をふく

新学期ストレスに要注意！心の見守りをお願いします

どの子も一年間、よくがんばりました。もうすぐ進級・進学。新しい学校・新しいクラスについて、うちでもお話をしているかもしれません。ただ、新たなスタートというポジティブな変化もストレスとなることがあります。

いつもは見られない様子が急に現れたらストレスサインかもしれません

- 例
- 怒りっぽくなる
 - 甘えん坊になる
 - 分離不安で大泣き
 - チックや吃音が出る
 - 指しゃぶり
 - 発熱などの体調不良 など

気持ちを受け止め、意識的に一緒に過ごす時間を持つことで、徐々に落ち着いてくることもあります。気になる点があるときはご相談ください。

3月の0歳児健診

3月27日(木)

9:15~の予定です



うちでも始めましょう

食育の基本の『き』

勉強は継続することで身につくもの。園だけでなく、うちでもできるところからは食育にチャレンジしてみてください。専門知識がなくても、特別なことでなくても大丈夫です。

食事前のルーチンを作る

手を洗う、おもちゃを片付けるなど、食事の時間の前にすることを決めておくと、「これからごはんの時間」と気持ちを切り替えられます。



一緒に買い物に行く

調理前の食材を直接見て、野菜の種類を楽しく覚えたり、旬を肌で感じて、食に興味を持つきっかけに。



食事中に大人からアドバイス

箸の持ち方や三角食べなどのマナー指導を。また、家族で食卓を囲む経験は、楽しい時間として食に良いイメージを残します。



ありがとうの効果

「ありがとう」と口に出していますか。この言葉には言った人にとっても、言われた人にとっても、良い効果がたくさんあることがわかってきました。

健康になる

ポジティブになる

幸せになる

人間関係が良くなる



感謝の言葉を口にして、自分も周りの人も
すてきな1日過ごせるようにしましょう。

予防接種の記録に

ご協力ください

受け忘れていた予防接種はありますか？この機会に確認してみましょう。
予防接種が済みましたら、連絡帳・シール帳へのご記入をお願いします。

