



保健目標

みんなで成長を
喜びましょう

いのちのお話を終えて

光明学園看護師会では、毎年道組を対象に『いのちのお話』として、プライベートゾーンの事、胎児が母体の中で赤ちゃんに成長していく様子、赤ちゃんの生まれてくるシーン等、子どもたちに理解してもらえる様に話をしています。子どもたちは生まれたての赤ちゃんの人形を抱っこして「重いな」、「かわいい」とそれぞれの思いを口にしながら、優しい表情になっていました。ご家庭でも子どもの生まれた時の様子等を思い出していただく機会になれば幸いです。自分自身を大切に作る気持ちを自覚することで、小学校に進学という環境の変化にも乗り越えられる力となるのではないかと考えます。道組の保護者様には色々のご協力をいただきありがとうございました。



ほけんだより

第445号 令和7年3月1日 光明第三こども園

いよいよ年度末の3月になりました。この1年間でお子さまがどのくらい成長したか、園で測定した身長と体重の記録を、母子手帳などの身体発育曲線(成長曲線)に記入して、成長を「見える化」してみるのも良いかもしれません。

成長曲線で お子さまの成長を確認しましょう

身長が高い・低いは個性！
伸びるのが早い子も
遅い子もいます。
身長と体重のバランスが
大切です。



♡母子健康手帳♡

将来、予防接種の接種歴を見るなど、お子さまにとって生涯に渡り大切な「健康の履歴書」になります。家族で置き場所を決め、大切に保管しましょう。



どんなことがわかるの？

体の成長は、心身の発達と深い関係があります。成長曲線には、それぞれの年代の育ちの目安・標準的な発達が色付きの帯状カーブで示されています。お子さまの成長カーブが、成長曲線のカーブと平行して伸びていけば順調に成長していることがわかります。

同年代の子どもと比べて大きいか小さいかを気にする必要はありません。大切なのはお子さまの成長カーブが、成長曲線と合っているかどうかです。傾きがなだらかな場合は、成長障害のサインである可能性があります。健診時に指摘があった場合は、早めに医療機関の受診をお勧めします。

どんな時に 注意が必要なの？

3月3日は耳の日

「耳掃除」うまくできていますか？

耳には、「耳あか」を外に出す仕組みがあります。耳の穴の入口近くに見える大きな耳あかを取り除くだけで大丈夫です。



子どもの耳は小さく、みぞに汚れがたまりがち。綿棒などで優しく拭いてあげましょう。髪を洗うときに、耳の後ろも洗いましょう。

