

# ほげんだより 3月

H30年 3月号 おおぞら保育園

4月からつき組さんは小学校に入学、他のクラスのお子さんは一つ上のクラスに進級ですね。去年の4月に比べると、お子さんたちは見ちがえるよう大きくなりました。成長したのは身体だけではなく、誰かを思いやり、困っている人を助けたりできる心も成長したと思います。

また、この1年間で、みなさんにほげんだよりや保健指導で健康のお話をしてきました。自分のからだを知ること、自分の健康を守ることに繋がります。就学・進級してから、園でのお話を思い出してケガや病気のとくに正しい行動がとれるといいですね。



### 2月の感染症(2/26時点)

- インフルエンザA型 … 3名
- 溶連菌感染症 … 3名
- 咽頭結膜熱(プール熱) … 1名
- 突発性発疹症 … 1名

### 3月の保健行事

- 身体測定 … 5~9日
- 保健指導「トイレ指導」
- つき組 … 7日
- 0歳児健診 … 16日

全国的には2月上旬にインフルエンザの流行のピークがありました。園では大きな流行なく3月を迎えます。もうすぐ就学・進級です。良いスタートが切れるよう体調を整えていきましょう。

3月の保健指導はトイレ指導です。去年の9月にトイレ指導でトイレのマナーと和式トイレの練習をしましたが、前回の復習もしていきます。前回の復習もしていきますが、家でも就学前に確認できるといいですね。



### 3月5日 木曜日 [1400日]

朝早く起きて、着替えをするときに大きな音がする。パタンと目覚め、目を覚ます。耳は心臓から遠く、心臓が強く動いている。耳は心臓から遠く、心臓が強く動いている。耳は心臓から遠く、心臓が強く動いている。

おしり、おしりを洗う、おしりを洗う、おしりを洗う。

おしりを洗う、おしりを洗う、おしりを洗う。

おしりを洗う、おしりを洗う、おしりを洗う。

おしりを洗う、おしりを洗う、おしりを洗う。

おしりを洗う、おしりを洗う、おしりを洗う。

おしりを洗う、おしりを洗う、おしりを洗う。

おしりを洗う、おしりを洗う、おしりを洗う。

おしりを洗う、おしりを洗う、おしりを洗う。

おしりを洗う、おしりを洗う、おしりを洗う。

### 1年間の 保健のおさらいです

#### みんなとき どうする?

正しいほうを選ぶかな?

全問正解で100点を目標ぞう!

1. ちんぽを洗う
  - A どちらのよれも洗って、お風呂に入る
  - B そのまますぐにお風呂に入る
2. 歯を磨く
  - A どの歯も磨いて、しっかりと歯を磨く
  - B 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
3. 歯を磨く
  - A 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
  - B 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
4. 歯を磨く
  - A 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
  - B 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
5. 歯を磨く
  - A 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
  - B 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
6. 歯を磨く
  - A 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
  - B 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
7. 歯を磨く
  - A 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
  - B 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
8. 歯を磨く
  - A 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
  - B 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
9. 歯を磨く
  - A 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
  - B 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
10. 歯を磨く
  - A 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前
  - B 歯を磨く前、歯を磨く前、歯を磨く前

1問10点で計算しよう

あなたの点数は

100

### 子どもに多い耳の病気

#### 急性中耳炎

どんな病気?

急性の中耳炎は、鼻の奥の粘膜が腫れることで起こります。鼻の奥の粘膜が腫れることで起こります。鼻の奥の粘膜が腫れることで起こります。

#### 分泌性中耳炎

どんな病気?

分泌性の中耳炎は、鼻の奥の粘膜が腫れることで起こります。鼻の奥の粘膜が腫れることで起こります。鼻の奥の粘膜が腫れることで起こります。

2月の保健指導は、はな組・ことり組での「歯磨き指導」でした。ことり組さんは初めての歯磨き指導でした。はな組さんは去年の5月に歯科衛生士さんを読んで保健指導を受けられているので、正しい歯の磨き方を復習しました。



〇×クイズでは、ことり組さんたちは自分が正解だと思う方に元よく手を挙げてくれました。正解・不正解で盛り上がっていました。



一度歯磨き指導を受けたことのある、はな組さんはほとんどのクイズで正解していました。



一番不正解が多かったクイズは、歯は1本ずつ磨くか、2~3本まとめて磨くかというクイズ。



普段大人でもそのことを意識して磨いている方は少ないかもしれません。



正解は「1本ずつ磨く」でした。そして、1つの歯を最低16回は磨くようにして、しっかりと汚れを落とします。1本ずつ丁寧に歯を磨いていると、「腕が疲れた～」という声も聞こえてきました。



ニコニコ笑顔で歯磨き。ピカピカになーれ♪家でもしっかり磨けているか確認してあげてください。



約1年という短い間でしたが、3月末であおぞら保育園を退職することになりました。普段とっても元気なあおぞらの子どもたちも、ときにはケガやお熱で目いっぱい涙をためて事務所にくることもありましたが、手当をすると「ありがとう」とちょっと恥ずかしそうにお礼を言ってくれる子もいました。そんな子どもたちに私も元気をもらっていました。またどこかで、ここに笑顔で元気いっぱい皆の成長した姿を見れたら嬉しいですね。

看護師 松尾 貴子

