

平成29年3月23日

No.7

ほけんニュース

幸町保育園

進級、就学まで残すところ1週間ほどになりました。子どもたちは、期待に胸を膨らませて残りの日々を毎日元気いっぱいに過ごしています。

一年間を振り返ってみて、どんな1年だったでしょうか?

子どもたちの成長に驚かされる毎日ですね。心も体もおおきくなつて、できる事や頑張ろうとすることが増えました。歩けるようになった、お話が上手になった、おむつを卒業した、縄跳びがとべるようになった・・・などなど、たくさんの成長があったと思います。4月からも一人一人が元気にスタートできるように見守っていきたいと思います。



のびのび元気に遊ぶために
進級、就学のまえに！ しっかりチェック！

*子どものくつ選び 4つのポイント

1. つま先 —— 足の形と同じように広がっていて、厚みがある。
2. かかと —— かかとをくるむように、しっかりしている。
3. 調節しやすい —— 面ファスナーなどで、足に合わせてしっかりと止めることができる。
4. 底 —— しなやかで、弾力性がある。指の付け根の部分がよく曲がる。



ここをチェック！

- ・歩いたり走ったりしても、靴の中で足が動きませんか？
- ・指先が靴にあたっていませんか？
- ・かかとが脱げやすくなっていますか？

*子どもの洋服選び 3つのポイント

1. 飾り —— 引っかかりやすい飾りがついていない。
2. サイズ —— 適度なゆとりがあり、動きやすい。袖やズボンが長すぎない。
3. 素材 —— 汗を吸いやすく、手軽に洗濯できる。



ここをチェック！

- ・からだを動かしやすいデザインですか？
- ・チクチクしたり、不快に感じたりするところはありませんか？

もう一度確認してみましょう！！記名も忘れずに！！



身体発育曲線を見てみましょう

毎月行っている身体測定、身長、体重を測定してお伝えしていますが、3月にはその結果をグラフ（身体発育曲線）にしてお知らせしています。

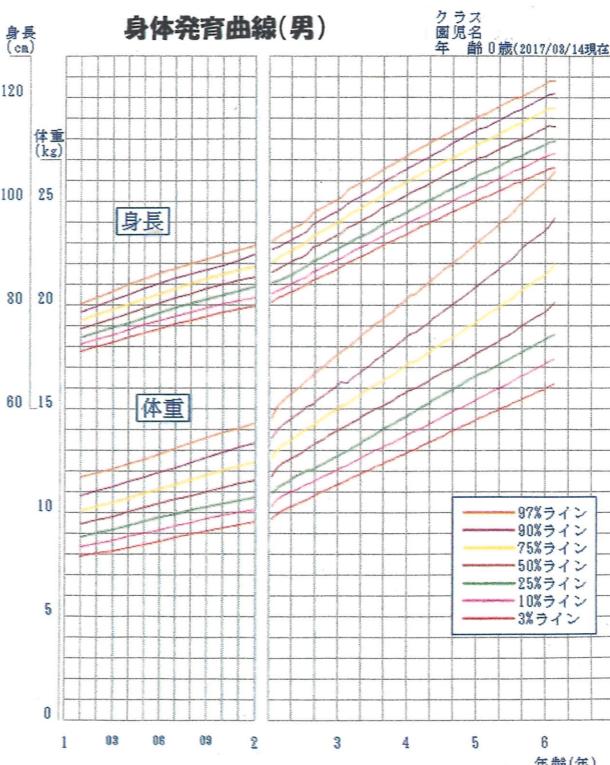
身体発育曲線とは？…子どもの発育の大まかな目安です

厚生労働省では、10年ごとに乳幼児の身体発育を調査し、身体発育曲線を作成しています。各月齢の94%の子供の値が入ります。(6%は曲線の中に入らない)発育曲線の特徴は、各年齢で、子どもの身長や体重が、全体の中でどのくらいのところにいるかという目安がわかるということです。

曲線(3%ライン～97%ライン)の中に入らないと問題なのではあります

曲線の中に入っていることが大切なではなく、どのあたりにいるかを確認して、その子なりの発育をしているかどうかをみるとこのほうが大切です。

身体発育曲線(男)



曲線のカーブに沿って発育していますか？

発育曲線のラインよりも大きくはずれて、全く横ばいのままとか、体重が減ってくるとかもしくは急激に増えるといった曲線になった場合には、注意深く観察する必要があるかもしれません。

発育曲線の記入で病気を早期発見できることがあります

たとえば、成長ホルモンの不足や甲状腺ホルモンの不足などは、ある時期から身長が伸びなくなることで発見されます。また、乳幼児期には、体重がまったく増えないということは考えにくく、ましてや減るとなったら、何らかの病気を疑うのが自然です。

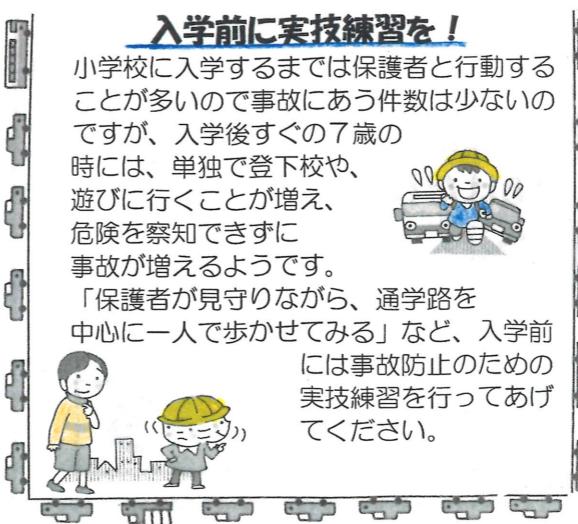


入学前に実技練習を！

小学校に入学するまでは保護者と行動することが多いので事故にあう件数は少ないので、入学後すぐの7歳の時には、単独で登下校や、遊びに行くことが増え、危険を察知できずに事故が増えるようです。



「保護者が見守りながら、通学路を中心一人で歩かせてみる」など、入学前には事故防止のための実技練習を行ってあげてください。



衣服の調節を！

朝晩はまだ少し寒いですが、日中は、おひさまが顔を出すとあたたかくて上着がなくても遊べるようになってきました。汗びっしょりになって遊ぶ子もいますので、着替えの補充はこまめにお願いします。

薄手の衣服や、半袖シャツなども用意しておいてください。