

進級、入学まで残すところ1週間ほどになりました。新年度を迎えるにあたって、子どもたちは期待や希望で胸を膨らませていることでしょう。

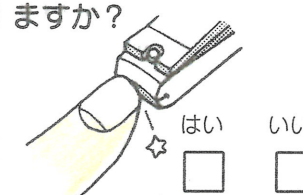
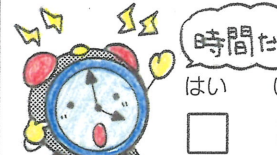
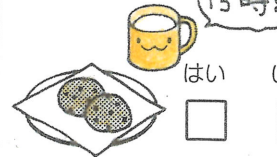
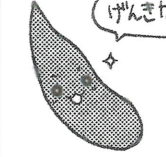
1年間を振り返ってみて、どんな1年だったでしょうか？

ひとりひとりが心も体も大きくなって、できる事や頑張ることが増えてきました。子どもたちの成長に驚かされる毎日です。子どもたちの可能性を信じながら、これからもたくましく成長できるように応援していきたいですね！ 4月から、元気いっぱいにスタートできるように見守ってきたいと思います。



進級・入学に向けて 1年をふり返りましょう！

新年度に向けて、1年間の生活をふり返って見直してみましょう！

早起き早寝をしていますか？  はい ☐ いいえ ☐	外から帰ったら手洗いやうがいをしていますか？  はい ☐ いいえ ☐	朝食はきちんと食べていますか？  はい ☐ いいえ ☐
つめはこまめに切っていますか？  はい ☐ いいえ ☐	テレビやゲームは時間を決めていますか？  はい ☐ いいえ ☐	普段から外で元気に遊んでいますか？  はい ☐ いいえ ☐
十分な睡眠がとれていますか？  はい ☐ いいえ ☐	おやつの時間を決めていますか？  はい ☐ いいえ ☐	毎日、うんちが出ていますか？  はい ☐ いいえ ☐

気持ちに余裕をもって、お子さんとのコミュニケーションをたくさん取っていきましょう！



毎月行っている身体測定では、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

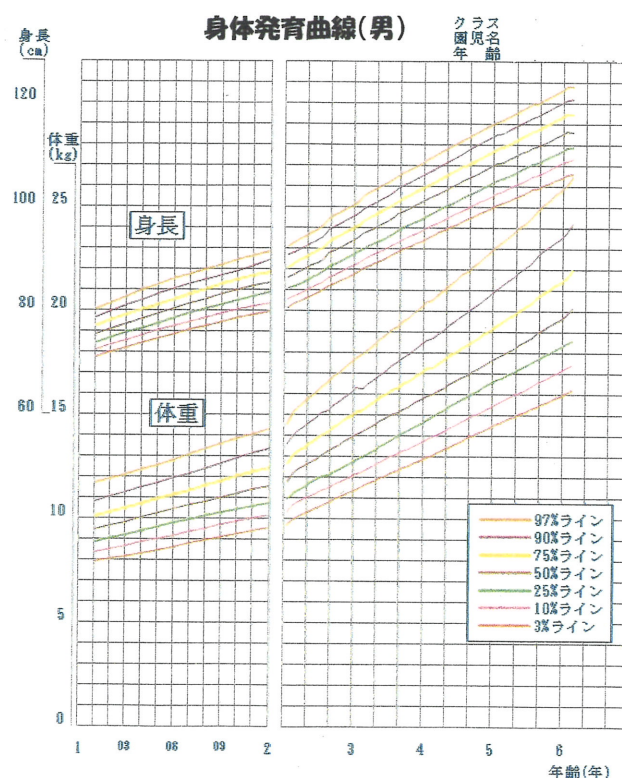
厚生労働省では、10年ごとに乳幼児の身体発育を調査し、身体発育曲線を作成しています。

各月齢の94%の子どもの値が入ります。（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せん

曲線の中に入っていることが大切なのではなく、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ことのほうが大切です。



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すれて、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にく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、ましてや減となったら、何らかの病気を疑うのが自然です。



衣服の調節を！

朝晩はまだ少し肌寒さを感じますが、日中は、おひさまが顔を出すと暖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をお願いします。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。

足に合った靴を、履いていますか？

子どもの足の成長は速く、せっかく買った靴もすぐに履けなくなってしまうので、少し大きめの靴をという気持ちもわかりますが、足にとってはマイナスです。大きすぎると転びやすくなり、歩きづらくもなります。足に合ったサイズの靴を履くようにしましょう。

