

やわらかな春の日差しを感じるようになり、少しずつ暖かくなり始めました。4月からの進級、入学に向け、子どもたちはそわそわ、わくわくしている様子が見られます。あっという間に1年も終わりに近づいています。病気やけがに気をつけ、残りの日々も楽しく過ごしましょう。



## 耳をのぞいてみましょう

子どもの耳を観察してみてください。びっくりするほど耳あかが詰まっていることがあります。あまりすぎていると聞こえが悪くなったり、プールに入ると水でふやけて鼓膜を圧迫したり、ときには菌が繁殖して、外耳炎を起こすこともあります。

耳あかが見えていても取りづらいたときは、無理をせず耳鼻科を受診しましょう



## 1年間の反省をしてみよう

1年間健康に過ごせましたか？お子さまと一緒に1年間を振り返ってチェックをしてみましょう。✓できなかったところは進学進級してからの目標にしてみましょう。

- 早寝早起きができた
- 朝ご飯は毎日食べた
- 好き嫌いをせずに何でも食べた
- 食後は歯みがきをした
- 毎朝、うんちをした
- 外でたくさん遊んだ
- 外から帰ったら手洗い・うがいをした
- 友達と仲良く遊ぶことができた



## 1年間でこんなに大きくなりました

### 身長

	4月 (cm)	2月 (cm)	ふえた分
きく組	111.0	116.3	5.3cm
ひまわり組	103.6	111.1	7.5cm
たんぼぼ組	96.3	103.3	7cm
ちゅうりっぷ組	87.9	94.6	6.7cm

### 体重

	4月 (kg)	2月 (kg)	ふえた分
きく組	21.0	23.5	2.5kg
ひまわり組	17.1	20.5	3.4kg
たんぼぼ組	15.0	16.6	1.6kg
ちゅうりっぷ組	12.7	14.2	1.5kg

## 子どもも花粉症に

最近では保育園でも花粉症やアレルギーの子どもが増えています。花粉症の場合、外出から戻ってきたら、衣服に着いた花粉を払い落とし、手や顔を洗うことでずいぶん違います。

なによりも症状がひどくなる前に専門の医療機関を受診し、相談しましょう。

