



社会福祉法人 合志市社会福祉協議会 このみ坂保育園

3月 ほけんだより

R7.2.25 看護師 吉武

少しずつ日も長くなり、春の訪れを感じる季節となりました。この1年間、背丈も大きくなり、できることの幅も広がり、心も身体もたくさん成長されたことと思います。年長さんはいよいよ卒園し小学校へ入学ですね！小学校に行っても元気に勉強も遊びも頑張ってください。また、みんなで元気に新年度を迎えられるよう、最後のひと月を大切に過ごしましょう。

進級・就学を控えて

気持ちが不安定になる時期です

新年度を控え、多くの子どもたちが、「1つ大きくなる」という喜びでいっぱいな時期です。保育園や学校では大人が想像する以上に子どもたちは頑張っています。なかには、大人の期待を過剰に受け止めて、気持ちが不安定になる子どもさんもいます。

今までなかったのに、急に次のようなようすが見られたら、何かストレスを感じていることがないかどうか、注意してみてください。

指しゃぶり・つめかみ



- ・目をパチパチさせる
- ・咳払いをする
- ・指しゃぶりや爪噛みが増えた
- ・肩をぴくっと動かす
- ・おねしょが増えた
- ・何となく元気がない
- ・グズったり、甘えることが増えた
- ・よく眠れない
- ・食事の量が減った
- ・ぼんやりしている
- ・口数が少なくなった
- ・うしろ姿に元気がない

ご家庭では、こんなことを気がけてみましょう。

①話をゆっくり聞く 子どもは話を聞いてもらうと気持ちがすっきりします。話をさえぎらずに最後まで聞いてあげることが大切です。お風呂に浸かりお話タイムも子どもも喜んでくれますよ！

②スキンシップをする時間を持つ ぎゅっと抱きしめたり、添い寝をする、お子さんの膝の上に抱っこして絵本を読んであげるなど。乾燥しやすい季節なので、子どもたちに保湿クリームを塗ってあげるだけでも、ぬくもりを感じてくれますよ！

③できないことがあっても大目に見る ストレスがあるような時は、今までできていたことが、一時的にできなくなることもあります。失敗しても叱ったりせず見守るようにしましょう。子どもは行きつ戻りつ成長していきます。今はストレスを少しでも軽減することを優先しましょう。

④いつもよりゆっくりと過ごす 進級や就学の時期は子どもも親も慌ただしくなります。心と体に余裕を持たせるためにも、いつも以上にゆとりのある時間は必要です。

<2月の感染症状況>

ひかり	・・・	感染性胃腸炎	2名
にじ	・・・	感染性胃腸炎	4名
そよかぜ	・・・	感染性胃腸炎	1名
アップル	・・・	伝染性紅斑(りんご病)	1名
		感染性胃腸炎	1名
チェリー	・・・	感染性胃腸炎	1名
オレンジ	・・・	感染性胃腸炎	2名

職員・・・新型コロナウイルス感染症 1名