



令和8年3月1日
ニチイキッズ
北たみや保育園



ほけんだより 3月

たくさんの思い出いっぱいとなった1年も締めくくりの時期となりました。4月のころに比べ、心も体も大きく成長した子どもたちを保護者の方とともに見守ることが出来たこと心より感謝申し上げます。4月から新たな気持ちでスタートを切れるように、生活リズムや食生活を整えましょう。



1年を振り返ってみよう!



この1年を振り返ってみると、子どもたちが出来るようになったことがたくさんあると思います。卒園・進級に向けて出来るようになったこと振り返ってみましょう。

早寝・早起きができた



よく噛んで食べた



毎日朝ごはんを食べた



毎日うんちをした



元気にあそんだ



食事前など手洗いをした



母子健康手帳、定期的に見直してみませんか？

母子健康手帳は、お母さんの妊娠から出産、お子さんの出生から小学校入学（6歳）までの健康を記録するもの。引っ越ししたり、転院したりしても、お母さんとお子さんの健康を切れ目なくサポートする大切な記録です。



身体発達曲線に育ちを記入していますか？

身体発達曲線（成長曲線）には、子どもの身長と体の目安が乗っています。ここに、お子さんの身長と体重を記入し、線で結んでみましょう。お子さんの測定値のグラフが平行に伸びていけば、順調に成長していることが分かります。



予防接種、受けそびれはないですか？

3歳以降は予防接種の数が減るため、つい忘れがちですが、日本脳炎やMR、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）などの追加接種があります。せっかく最初の接種を受けても、**追加接種を受けないと免疫が十分につきません。追加接種を受けそびれないよう気をつけてください。**

また、二種混合や子宮頸がんワクチン（HPVワクチン）など、小学校以降に受ける予防接種も記録できる母子手帳もあります。就学後もときどきチェックしましょう。



保管場所を決めていますか？

母子手帳は、小学生になると使う機会が少なくなりますが、お子さんにとっては大切な「健康の履歴書」。**将来、大学進学や留学、仕事などで予防接種の摂取歴を確認・提出したりなど、必要な場面があります。**家族で置き場所を決め、大切に保管しておきましょう。

母子健康手帳を使うのは主に6歳

までですが、それ以降も大切に保管しておきましょう。大きくなってから、本人が成長を振り返るときにも母子健康手帳は便利です。

