

今年度も残りわずかとなりました。3 月は春の訪れと共に、寒暖差が激しい時期です。子どもたちは進級や入園・入学に期待を膨らませる一方、体調を崩しやすい時期でもあります。子どもたちが健康で元気に新たな門出を迎えられるよう、栄養と睡眠をしっかりとって体調管理に気をつけ、元気に新しい春を迎えましょう。年度末に様々な振り返りをし、お子様の成長を感じてみませんか。

母子健康手帳、定期的に見直してみませんか？

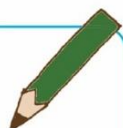
母子健康手帳は、お母さんの妊娠から出産、そして、お子さんの出生から小学校入学(6歳)までの健康を記録するもの。引越したり、転院したりしても、お母さんとお子さんの健康を切れ目なくサポートするための大切な記録です。



チェック!

身体発育曲線に育ちを記録していますか？

身体発育曲線(成長曲線)には、子どもの身長と体重の育ちの目安がのっています。ここに、お子さんの身長と体重の測定値を記入し、線で結んでみましょう。成長曲線の目安と、お子さんの測定値のグラフが平行に伸びていれば、順調に成長していることがわかります。

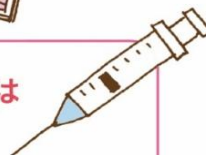


チェック!

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(おたふく風邪)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。

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健康手帳もあります。就学後もときどきチェックしましょう。



チェック!

保管場所を決めていますか？

母子健康手帳は、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、留学や仕事などで予防接種の接種歴を見るなど、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。



中学生や高校生になったとき、成長を振り返る記録に！

母子健康手帳を主に使うのは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、本人がワクチンの接種歴や成長を振り返るときにも母子手帳は便利です。

「流行性耳下腺炎」のワクチンが不足しています

年長さんの時期に追加接種を打てていないお子さんが多いかと思います。今の時点で追加接種を打てていない人は、流通が再開したらぜひ接種してはいかがでしょうか？





耳の日



「3」は耳の形に似ていることなどから3月3日は耳の日と言われています。子どもは耳の病気にかかりやすいので、日頃からお子さまの様子をよく観察しましょう。

大切な耳を守るために
気を付けたいこと！

- ・鼻をすすらず、かむ習慣を付ける
- ・鼻水は、ゆっくりと片方ずつかむ
- ・耳の近くで大きな声や音を出さない
- ・耳をたたかない



衣替え

サイズもチェック！

衣替えのついでに、衣服や靴のサイズをチェックして確かめましょう。ズボンのすそが長すぎると転びやすいですし、そでが長いと、転んだときにとっさに手をつきにくいことも。子どもの体格に合わせて、縫い止めてあげましょう。靴がきついと足の成長を妨げ、ゆるすぎると転ぶ原因になります。誕生日や年度末を目安に靴があっているかチェックしましょう。



おいしゃさんってなにをするひと？

おいしゃさんは、からだのことや病気のことをよく知っているひと。
『病気をみつけてくれたり、病気や怪我をなおしてくれたりするんだよ。』
『どうすれば元気になれるかをおしえてくれるんだよ。』
こんな会話を病児保育室で子どもたちとしています。
きまった「かかりつけ」のお医者さんがいると安心ですね。



ここいこ すまいるる じむ

2024 年 11 月 1 日平塚市岡崎に開室し、一年が過ぎました。
生後 6 ヶ月から小学 6 年生までの病氣中、又は病氣の回復期に一時的にお子様を預かる施設です。症状別に保育室を使用し、クリニック併設のため、急な体調の変化や受診後のお預かりにも対応できます。

自然豊かな環境の中で、それぞれの個性や病状にあわせて細やかな保育看護を行っています。

ネット予約システムで予約、空き状況の確認等ができます。いつでも御利用できるように、事前に「あずかるこちゃん」の登録をお願いいたします。

月 1 回土曜日、『ここいこサロン』を開催しております。一緒に楽しい時間を過ごしましょう。詳細はホームページをご覧ください。



ここいこ すまいるる一む

