



# ほけんだより

令和8年3月号

社会福祉法人温和会  
ひだまり認定こども園  
理事長：阿嘉 よね子  
園長：阿嘉 禎貴  
看護師：富田 孝幸



3月です。無事に生活発表会が終わり、今年度も残り1か月となりました。今年度も、さまざまなお協力ありがとうございました♪

今年度は、インフルエンザが流行した時期もありましたが、大きな病気やケガもなく園生活が送れることができました。新年度が始まると、新しい環境に慣れるまで疲れやすくなります。

引き続き、体調管理には気を付けていきましょう！！

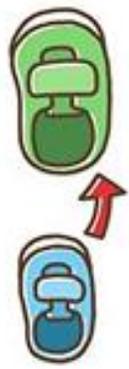
## 進級・入学に向けて

### 衣がえ～サイズチェック～

0-4歳までは、最も成長がはやい時期。衣服やくつのサイズもチェックして、きつくないか確かめましょう！

#### 靴も忘れずに

子どもの足は1年で約1cm大きくなります。靴がきついと足の成長を妨げますし、ゆるすぎると転ぶ原因に。誕生日や年度末を目安に靴が足に合っているかチェックしましょう。



### 進級に向けて

新年度を控え、喜びがふくらむ一方、気持ちが不安定になりやすい時期でもあります。

今までなかったストレス反応がないか、注意してみてください。



指しゃぶり・つめかみ チック どもり

## 3月3日は「みみの日」

### どうして子どもは中耳炎になりやすいの？

耳の構造上、のどや鼻から菌やウイルスが入りやすく、急性中耳炎になりやすい。

子ども：耳管が**水平**でウイルスが入りやすい  
大人：耳管に**傾斜**があり、ウイルスが入りにくい

おとなの耳



子どもの耳



### 2月の感染症情報

・インフルエンザ：7名

