

ほけんだより

3月号

2025年3月3日
野上あゆみ保育園 妻藤

寒さも少しずつやわらぎつつあります。どんなに寒くても元気な子どもたちですが、卒園や退園、進級を前に嬉しさ半分、なんとなく不安な気持ちもあり落ち着かない感じです。こんな時にお勧めしているのは、“くすぐり合い”や“追いかっこ”等の触れ合う事が出来、笑う事ができる遊びです。

笑う門には福来る

こちょ
こちょ～



笑いにも色々ありますが・・・
不思議なことに作り笑いによっても効果があるようです。

病気ではなく笑いを感染させたいですね。

触れ合う事で・・・お互いの親密感や、家族の一員であるという安心感を高めて一体感を共有しあうことができます。大人にも子どもにも必要な愛情表現になるのではないのでしょうか。

笑う事で・・・脳が刺激され、神経に伝わり免疫機能ホルモンが分泌され、ナチュラルキラー細胞が活性化されます。これは、細菌感染した細胞や癌細胞を死滅させる働きがあります。また、鎮静作用のあるホルモンも分泌されます。遊んであげなければと・・・思わなくても、膝の上で絵本を読んだり、仕上げ磨きや手をつないで歩く事でも触れ合いは出来ますね。

頭しらみに注意

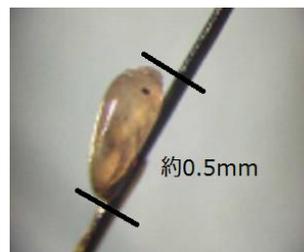
保育園で、頭シラミの発見率が高いのは・・・寒い今の時期です。

頭シラミは、シャンプーの残りが有る、乾いていない髪の毛の環境を好みます。

4歳5歳になって、一人でシャンプーが出来るようになっても手伝ってあげて下さいね。

子どもの髪の毛を、撫でるようにチェックすることをお願いします。

(頭シラミは、耳の後ろ生え際に多いです)



予防接種の受け忘れはありませんか？

MR (麻疹風疹混合) 第2期の定期接種は小学校入学前の3月31日までです。