

# ほけんだより



厳しい寒さもようやく終わりが近づいてきたようです。まだまだ朝晩は冷え込みますが、日中はぼかぼか陽気になり、木々や花々も芽吹き始め、春の訪れを感じられるようになりました。春は、旅立ちの季節。年長さんはもうすぐ卒園です。また、保護者の方の中にも異動や転勤、転職など、新たな一步を踏み出す方もいらっしゃると思います。次の一步が素敵な歩みになる事を願っています。

3月3日は『ひな祭り(桃の節句)』です。ひな祭りでは、ひし形にしたお餅「菱餅」を飾り、食べる習慣があります。なぜ『ひし形』なのかというと、仙人が食べ不老長寿を得たという菱の実の形をかたどったと言われていています。「ひし」は繁殖力が強い為、ひし形にする事で《子孫繁栄・長寿祈願》を願ったと言われていています。菱餅の鮮やかな色使いにも理由があり、緑は「健康」、白は「清浄」、赤(ピンク)は「魔よけ」の意味が込められているという説もあります。そして、赤は「桃の花」を、白は「純白の雪」を、緑は「新緑」を連想させるという事で、組み合わせにより「春の情景」を表現しているそうです。下から「緑・白・赤」の順番で配置されている菱餅は、雪の下に新芽が芽吹き、梅の花が咲いている情景。下から「白・緑・赤」の順番の時は、雪の中から新芽が吹き出、桃の花が咲いている情景です。いにしえを生きた日本人が持つこの繊細な感覚と豊かな想像力こそが、菱餅が今でも親しまれている理由なのかもしれませんね。

## 感染症情報



インフルエンザ(A型)	1名
感染性胃腸炎	4名
アデノウイルス感染症	1名
流行性角結膜炎(はやり目)	1名



※感染性胃腸炎を中心に、ぽつぽつと様々な感染症の報告がありましたが、大きな流行にはなりませんでした。

※都内でも、感染性胃腸炎の報告者数が多くなっています。また、伝染性紅斑(りんご病)の流行が続いている為、妊娠初期の方は、子どもが多く出入りする場所を避け、感染予防に努めて下さい。

## 親子で感謝を伝えあおう

「よくできたね」と褒めるのではない。

「ありがとう、助かったよ」と感謝を伝えるのだ。

感謝される喜びを体験すれば、自ら進んで貢献をくり返すだろう。



オーストリアの心理学者、アルフレッド・アドラーの言葉です。

お子さんにとって、褒められるのはうれしい。でも、同じ目線に立って感謝を伝えてもらえる「ありがとう」は、もっとうれしい。そして、たくさん「ありがとう」と言われるほど、人にも優しくなるのではないのでしょうか。

3月9日は「サンキューの日」。ぜひ、おうちでも実践してみてくださいね。



注意!

## 子どもの耳のトラブル



**外耳炎** (主な症状) 耳の痛み、かゆみ、聞こえが悪い など

耳の入口から鼓膜までの間(外耳)に起こる炎症です。耳垢がたまりすぎて発症することもあるが、逆に耳掃除の際についた傷から感染することもあります。耳かきのしすぎにもご注意ください。



**中耳炎** (主な症状) 耳の痛み、耳だれ、聞こえが悪い、発熱 など

子どもは鼻と耳を繋ぐ管が太く短いため、感染症をきっかけに中耳炎を発症することが多いです。風邪の後に耳を気にするそぶりがあるときは要注意です。

## 新学期ストレスに要注意! 心の見守りをお願いします



どの子も一年間、よくがんばりました。もうすぐ進級・進学。新しい学校・新しいクラスについて、おうちでもお話をしているかもしれません。ただ、新たなスタートというポジティブな変化もストレスとなることがあります。

いつもは見られない様子が急に現れたらストレスサインかもしれません

例

- 怒りっぽくなる
- 甘えん坊になる
- 分離不安で大泣き
- チックや吃音が出る
- 指しゃぶり
- 発熱などの体調不良 など

気持ちを受け止め、意識的に一緒に過ごす時間を持つことで、徐々に落ち着いてくることもあります。気になる点があるときはご相談ください。



令和7年3月1日



日の基保育園