



3月は1年の総まとめの時期です。新年度に向けて準備が忙しい時期ですが、お子さんの成長を振り返ったり、新年度に向けた準備を進めたりするためにも、もう一度、母子健康手帳を開いてみましょう。

のびのびひろば

開催日 毎週 火・水・金曜日
時間 9:30～14:30
場所 みなみ保育園

保育園の子育て支援室を開放しています。
子育て仲間を誘ってゆったり過ごしてくださいね。
室内のおもちゃは自由に使えます。

乳幼児に多い感染症

突発性発疹

●症状
生後6か月～2歳によくみられる。3日間程度の高熱の後、解熱するとともに紅斑が出現し、数日で消えてなくなる。比較的軽症の疾患であり、自然経過で治癒する。

●注意すること
解熱し発疹が出現して診断がつく頃にはウイルスの排出はなくなるため、罹患した子どもの登園の目安は「解熱し機嫌がよく全身状態が良いこと」である。

季節の草花

ナズナ

ペンペン草の別名で有名。茎の先端に咲く白い花を拡大して観察すると、そこには小さな花が多数集まって咲いていることがわかります。一つの花は、4枚の花びらを持ち、白いチョウチョウがたくさん飛んでいるように見えます。



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主に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、お母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MRⅡ期、任意の流行性耳下腺炎（おたふく風邪）などの予防接種があります。また、追加接種があるものについては、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に気を付けましょう。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を記録できる欄もあります。

チェック！

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手帳は便利です。

おすすめの絵本

おへそのあな

作：長谷川 義史
出版社：BL出版



赤ちゃんが生まれるって、どういこと？新しい家族を迎えるってどんな感じ？お腹の中にいる赤ちゃんに、私たちの声は聞こえているの？.....命の誕生にまつわるさまざまな気持ちを優しく包んでくれるこの絵本。お兄ちゃんお姉ちゃんになる子にも、今では大きくなったあの子にとっても、きっと何かを感じとってくれる温かなお話です。

だじゃれどうぶつえん

作：中川 ひろたか
絵：高島 純
出版社：絵本館



ペンギンがペンキを塗って、「ペンギンぬりたて」。ライオンがカレーを食べて、「かライオン」。リスがシャワーで頭を洗って、「シャンプーアンドリス」動物が主役のだじゃれのオンパレード！次々に登場するだじゃれの動物園をお楽しみください。

あたたかな日差しが少しずつ増え、春の訪れを感じる季節になりました。日差しのぬくもりの中で、子どもたちも外遊びを楽しめるようになってきます。公園やお散歩に出かけて、春の自然に触れる時期を大切にしてみてください。小さなお子さんでも、草花や虫をみつけたり、風の心地よさを感じたりしながら、季節の変化を楽しむことができますね。