

保健だより

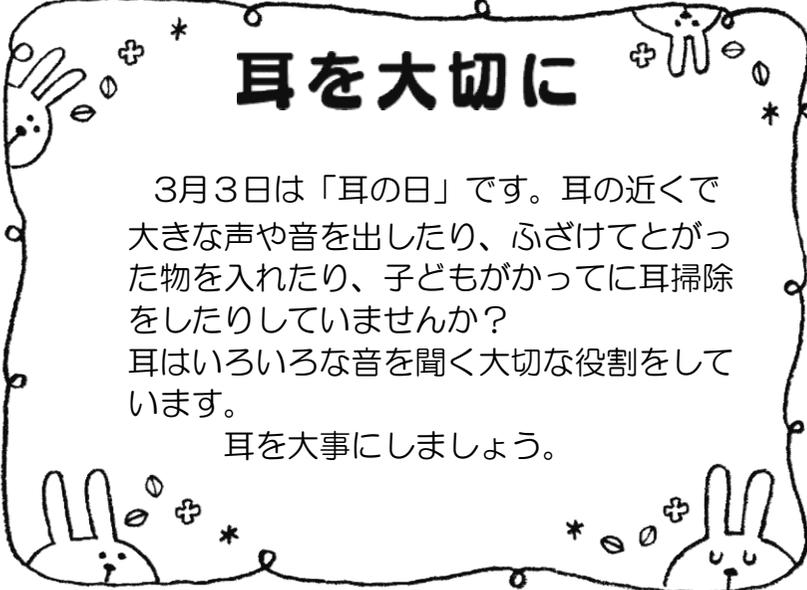
No.7



新たな環境に対して不安を感じやすいこの時期、いつもより親に甘える子どもの姿が多く見られます。だっこをせがんだり、わがままを言ってみたり。困ってしまうこともありますが、受け入れてあげてください。満足するまでたっぷり甘えた子どもは、しっかりと充電して、安心して次のステップへと踏み出すことができます。

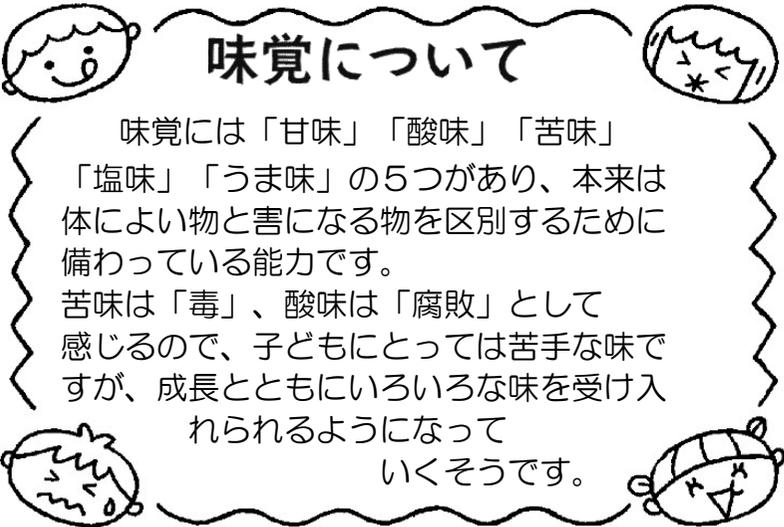
耳を大切に

3月3日は「耳の日」です。耳の近くで大きな声や音を出したり、ふざけてとがった物を入れたり、子どもがかってに耳掃除をしたりしていませんか？
耳はいろいろな音を聞く大切な役割をしています。
耳を大事にしましょう。



味覚について

味覚には「甘味」「酸味」「苦味」「塩味」「うま味」の5つがあり、本来は体によい物と害になる物を区別するために備わっている能力です。
苦味は「毒」、酸味は「腐敗」として感じるので、子どもにとっては苦手な味ですが、成長とともにいろいろな味を受け入れられるようになっていくそうです。



1年間を振り返って

この1年で、基本的な生活習慣は身についたでしょうか。チェックしてみましょう。

- はやね はやおきが できた
- まいにち あさごはんを たべた
- まいにち うんちを した
- まいにち はみがきを した
- つめを きたた
- げんきに そとで あそんだ
- あいさつが できた
- てあらい・うがいを した

