

ほけんだより 2026年 3月

いよいよ今年度もあと少しになりました。
子どもたちはこの1年で心も体も大きく成長しましたね。
3月は進級・入学を控え、気持ちが揺れやすい時期でもあります。
ご家庭と園で協力しながら、元気に新年度を迎えましょう。

3月15日～21日は 「こころの健康づくり週間」

「こころの健康づくり週間」は、2000年に厚生労働省によって制定されました。進級や卒園を間近に控え、環境の変化が多くなるこの時期は、なんとなく不安になったり、甘えたくなったりする姿が見られることもあります。

おうちでは

- 話をゆっくり聞いてあげる
- たくさん抱っこする
- 「大好きだよ」と伝える

など、安心できる時間を大切にしてくださいね。



3月1日～7日は 「子ども予防接種週間」

保護者を始めとした地域住民の予防接種に対する関心を高め、予防接種率の向上を図る目的として定められました。

入学・進級を前に、予防接種の受け忘れがないか、母子手帳を見ながら確認してみましょう。特に予防接種の内容は年々変わっていきますので、「これで大丈夫かな？」と迷ったときは、かかりつけの病院などに相談してみてください。

保育園や学校の生活はお友だちとたくさん関わり、体調を崩しやすくなることもあります。安心して新しい生活をスタートできるよう、今のうちに一度チェックしてみましょう。

- ✓ 予防接種の受け忘れはないかな？
- ✓ 母子手帳の確認はできているかな？



3月27日～4月9日は 「絵本週間」

アンデルセンの誕生日である、4月2日の前後2週間。絵本文化の発展と、家庭に「絵本読書」が定着することを願って設けられました。絵本には絵や文字だけでなく色づかい、読み手の声など、たくさんの魅力が詰まっています。寝る前の5分の時間を子どもとの絵本タイムにしてみませんか？