



2学期が始まり、幼稚園に子どもたちの声が戻ってきました。暑かった夏休みですが、子どもたちは「電車に乗ったの」とか、「飛行機見たの」と心に残る経験をたくさんしてきたようです。

昼間は暑くても朝夕は涼しくなり過ごしやすい季節になってきました。夜には月や星が美しく見えます。晴れた日にはお子さんとゆっくり夜空を見上げてみてはいかがでしょうか。

発育測定の結果をお知らせします！



夏休みが終わり、登園してくる子ども達の姿を見て、「大きくなっているな。」と感じ、楽しみにしていました。右の表は、4月から9月までの発育量の平均値です。この時期は、身長伸びに対して、体重が増えない、いわゆる縦に伸びる時期です。お子さんの発育測定の結果を見る際には、周りの子と比較するのではなく、4月からの発育量がどのくらいかを意識しながら、成長曲線を描いてください。発育の時期は、個人差がとても大きいものですが、体重が極端に減った、身長が数ミリしか伸びていない、という場合には、心身のバランスが崩れているサインかもしれません。

お子さんの心身の成長を、親子で共に喜び、健康について見つめ直す機会としてください。

4月から9月までの発育量の平均値

	身長の伸び(cm)		体重の増え(kg)	
	男の子	女の子	男の子	女の子
1組				
2組				
3組				



成長の記録「おおきなあれ」について

- 9月「__才__カ月」の欄に、発育測定時のお子さんの月齢を記入してください。
 - 「せいちょうのようす」の欄には、お子さんが夢中になっている事、最近できるようになった事等、おうちの方が、今のお子さんの心と体の成長の様子を自由に記録してください。
 - グラフ「横断的身長・体重曲線」に、お子さんの身長と体重の測定値をそれぞれ記録してください。点と点を線で結んでください。
- ★ ゆるやかな右上がりのカーブが描けていれば順調に成長しています。身長が-2SD以下の数値をたどる場合や、曲線がなめらかではなく、急に横ばい、下降、上昇してきた時は、注意が必要です。お子さんの成長曲線を描いていて、気になることがありましたら、養護教諭へご相談下さい。

幼児期のデジタル機器の利用について

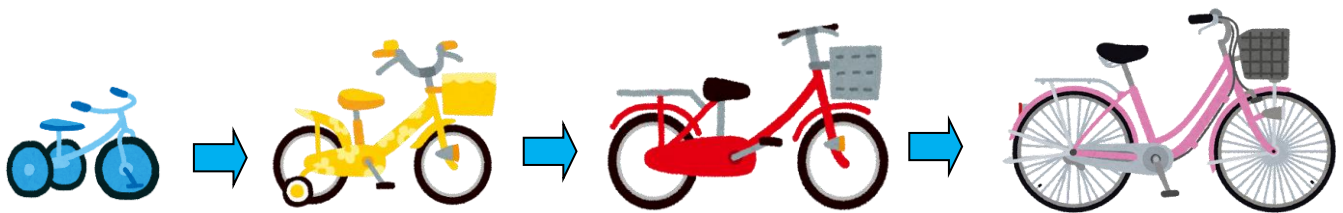
幼い子どもがスマートフォンやタブレットなどのデジタル機器を手に行っている姿を、色々なところで見かけるようになりました。保健室でも、「〇〇の動画サイトをよく見ている」「〇〇のゲームをしている」という声を聞きます。

どうしてもお子さんの相手をしてあげられないとき、公共交通機関などでぐずってしまったときなどに何気なく手渡したスマートフォンやタブレットなどのデジタル機器に夢中になってしまう子どもは少なくありません。また、食事の支度中や外出時等に繰り返し渡していると、「〇〇のときはスマホ」が習慣になることもあります。

学びの道具としては評価されているデジタル機器ですが、発達中の身体や視力への影響も心配されていたり、夜にゲームなどに夢中になってしまい睡眠不足になってしまったり、幼児の遊びの道具として適しているとは言えない部分もあります。

スマートフォンやタブレットは大人の道具

例えば…



自転車（道具）の場合、子どもの成長や上達に伴い、危なくないように少しずつステップアップしていきます。しかし、スマートフォンやタブレットは大人と同じ道具を「安全に使うための方法」を何も知らない子どもたちに渡していることとなります。

安全な使い方や習慣づくりを家族で一緒に確認しましょう

スマートフォンなどのデジタル機器の利用について、ルールを作りましょう。利用ルールを守らせるためには、ルールの内容を家族全員で相談して決めて、大人も含めた家族全員がルールを守っていくことが大切です。

<ルール(おやくそく)づくりのヒント>

- ① 「いつまで」「どれくらい」等、子どもにもわかりやすいものにしましょう。
- ② 日頃から家族でルールが守られていることを確認しあい、守れたらたくさんほめてあげましょう。
- ③ ルールがあまり守れない時や、子どもの成長に合わせてルールを見直すことにしましょう。

おやくそくの例…

- あそんでいいのは1にち___ふんまで。
- みたい、あそびたいときは、おとうさん・おかあさんにかくにんします。
- おふとんにはいるまえは、つかうのをやめます。
- ごはんのじかんはつかいません。
- ひとがおはなししているときは、つかいません。



(参考・引用/考えよう！子育てと子供の成長とデジタル機器～「考え方の工夫」や「心がけたいこと」を知りたいみなさまへ～:安心ネットづくり促進協議会

スマホ時代の子育て:内閣府・内閣官房・警察庁・消費者庁・総務省・文部科学省・厚生労働省・経済産業省)

