



3月号

R7.2.28(金)

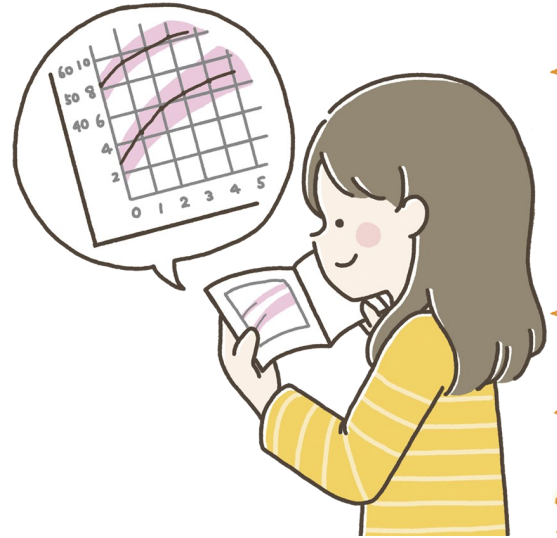
発行者 明神 慶子

いよいよ年度末の3月です。この1年間でお子さまがどれくらい成長したか、学院で計測した体重と身長記録を、母子手帳などの「身体発達曲線(成長曲線)」に記載してみましょう。

成長曲線でお子さまの成長を確認しましょう

成長曲線は、縦軸に身長と体重、横軸に年齢(月齢)をとったグラフです。横軸は、0歳代は1か月おきに、1歳代は3か月おき、2歳代以降は半年おきに目盛りがとってあります。2歳までの目盛りが細かいのは、それだけ子どもの成長が著しいからです。

体の成長は、心身の発達と深い関係があります。身長と体重の育ちを成長曲線で追っていくことで、万が一、問題が生じたときにも早く見つけれられるのです。



どんなことがわかるの？

成長曲線には、それぞれの年代の育ちの目安が帯状に示されています。このカーブが、標準的な子どもの発達を示しています。

よく、成長曲線で子どもの身長と体重を調べて、「同年代の子どもと比べて大きい小さいか」を気にする人がいますが、大切なのはお子様の成長カーブが、成長曲線のカーブと合っているかどうかです。

心配なとき、どうすればいい？

子どもの成長には、食事や睡眠が大きく関わります。まずは、食事のバランスや生活リズムなどをチェックしましょう。生活改善に取り組んでも身長や体重の育ちが改善しないときは、かかりつけ医に相談しましょう。

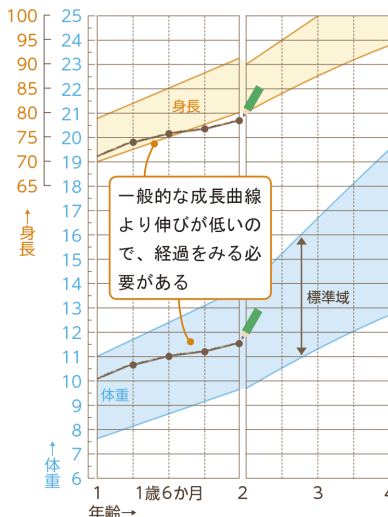


身長が高い・低いは個性！
伸びるのが早い子も
遅い子もいます。
身長と体重のバランスが大切です。



注意が必要なときってどんなとき？

成長曲線に数値を記録したときに、成長曲線のカーブと、お子さまの成長記録が平行に進んでいるかチェック。成長曲線と平行に伸びていれば成長に問題はないでしょう。ところが、成長曲線よりも傾きがなだらかな場合は、成長障害のサインである可能性があります。



「耳掃除」うまくできていますか？

「耳掃除」が「耳あか取り」だけになっていませんか？

耳掃除は気をつけていても、耳の後ろや耳のみぞは見落としがち。お風呂で洗う習慣をつけましょう。また、耳には「耳あか」を外に排出する仕組みがあります。耳垢を取ろうとしてかえって耳の皮膚を傷つけることもあるので、耳の穴の入り口に近いところにある大きな耳あかを取り除くだけで大丈夫です。



身体測定・つめ検査

月・雪 3/6 (木)
星・光 3/7 (金)
虹・夢 3/10 (月)

