



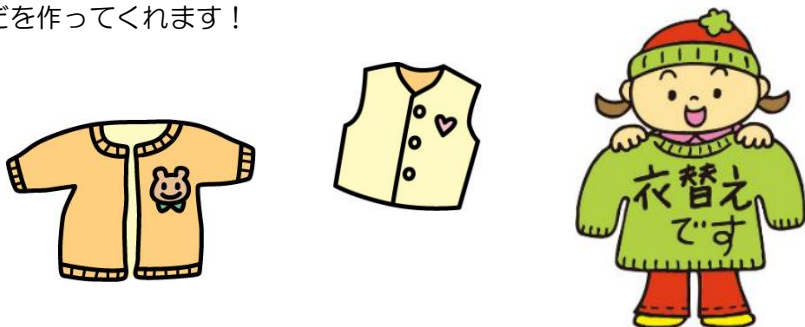
保育園では感染症対策として、保護者の皆さまが園舎に入る時はマスクの装着と手のアルコール消毒をお願いしています。送迎の際も園舎内に留まることを控えていただき、密にならない工夫もしています。幼児クラスの子どもたちも上手にマスクを装着してくれています。職員も毎朝の検温など体調管理をし、保育室やおもちゃの消毒などに努めています。これからも、みんなで一緒に力を合わせていきましょう。



寒さに向かって衣類の調節

朝晩は寒くなってきましたね。朝の気温に合わせて子どもの服を準備していますか。今の季節は日中 20℃を超える日も多く、園庭を駆け回って遊ぶ子どもたちは暑さで顔や頭は汗でびしょり!! ほっぺは真っ赤!! 因みにお部屋の温度も 25℃前後あります。朝晩の送迎時肌寒さを感じる方は、ベストやカーディガンなど上着で調節するといいですよ。子どもたちは夏の暑さを体験しました。今度は冬の寒さを経験する番です。

暑さや寒さを肌で感じることは、自律神経を刺激し丈夫なからだを作ってくれます!



トレーナーを1枚だけ着せるより、肌着と薄手のTシャツを重ねて着せた方が4℃も保温効果があるそうですよ。

風邪をひく原因は、寝不足、偏食、疲れなど生活習慣を整える事と鼻水や咳などの症状を放置しない事が大切です。

お腹や背中が温かく、手や足は温度刺激を受けることが健康には大切です。丈夫なからだ作りの基本です!



子どもの成長はとても早く、去年の服を着せ、手を挙げてもらうとお腹がでてしまいませんか。お腹を冷やすと、お腹を崩す原因にもなりますので必ずサイズチェックをしてくださいね。



子どもの成長を先取りして大きめの服を着せていませんか。袖口や襟元から冷たい風が入り込みお腹や背中を冷やすと、風邪をひく原因にもなります。



全園児健康診断のおしらせ
日時: 10月7日(木曜日)
9時15分から
*遅れないように登園してね。

