



12月園だより



令和5年 11月30日
社会福祉法人えどがわ
春江おひさま保育園



一年の締めくくり「師走」となりますが、皆さんはどんなイメージをお持ちでしょうか。「寒さが厳しくなってきた」「大掃除」「クリスマス」「お正月準備」と、慌ただしく過ぎていきますね。忙しくなってくると気持ちや体力的にも余裕がなくなってくるので、上手に気分転換をすることが大切です。又、子どもはお手伝いが大好きです。余計に手が掛かることもありますが、そんな時でも笑顔で「ありがとう」と伝えてくださいね。

※インフルエンザやプール熱などの感染症が流行しています。
手洗い・うがいを行い、感染予防に努めましょう。

【 12月の予定 】

- 1日(金) 発表会リハーサル(3・4・5歳)
- 4日(月) 発表会リハーサル(1・2歳)
- 7日(木) 体操(3・4・5歳)
- 9日(土) 発表会
- 12日(火) 魚の解体ショー
- 14日(木) 子育てひろば
- 18日(月) 避難訓練
- 20日(水) 子育てひろば
- 21日(木) 体操(3・4・5歳)
- 22日(金) クリスマス会
- 29日(金) ~1月4日(木)
年末・年始休み



【保健だより】

朝夕の冷え込みが厳しくなってきました。一日の中で寒暖差が激しいと風邪をひきやすくなります。風邪に負けない、丈夫な身体づくりを心掛けましょう。



鼻水・鼻づまり

鼻水や鼻づまりを放っておくと、鼻やのどの粘膜が炎症を起こし、他の病気の原因となる事もあります。鼻水・鼻づまりが気になったら早めの受診をおすすめします。鼻水が出たら拭く、鼻がつまったらかむという生活習慣が身につくよう繰り返し伝えていきましょう。



動きやすい服装で

おしゃれな衣服が増えていますが、ふだんの服装は「活発にあそべる」という点を考慮していただきたいと思います。これからの寒い季節も快適に過ごせる服装を考えてみましょう。



① 下着を着る

保湿性・吸湿性を考えると、綿100%で半袖のものが望ましいです。ただ、古くなると目が詰まって保湿力が低下するので気をつけましょう。Tシャツは、下に着るとごろごろして動きにくくなるので、下着のかわりにはなりません。



② 薄着の重ね着

重ね着をすると、服と服の間に体温で温まった空気の層ができ、厚手のものを1枚着るより保湿性が高まります。薄手の重ね着なら、動きやすく機能的です。

③ 着脱しやすいもの

ファッション性よりも、ボタンやホックをはめやすく、ひとりで着脱しやすいものが良いでしょう

