

1月の行事

月	火	水	木	金	土
1 お正月(1年で最初の月) 園は休み	2 園は休み	3 園は休み	4	5 歯ブラシコップの持ち帰り	6
8 成人の日 (20歳になつた人をお祝いする日)園は休み	9	10	11	12 歯ブラシコップの持ち帰り	13
15 子育て広場と交流 10:30~音楽教室に参加	16	17	18	19 防災訓練 避難訓練 地震を想定し訓練を実施します。歯ブラシコップの持ち帰り	20
22 子育て広場と交流 10:30~音楽教室に参加	23	24	25	26 歯ブラシコップの持ち帰り 布団持ち帰り	27
29	30	31	新春のお慶びを申し上げます。 新しい1年が皆様にとって笑顔のあふれる年になりますようお祈り申し上げます。		

新しい年を迎え、子どもたちがこの一年、新たな経験や体験を重ねる中でどんな成長を見せてくれるか、とても楽しみです。保護者の皆様と一緒に子どもたちを見守ってまいりたいとおもいます。どうぞよろしくお願ひ致します。

インフルエンザが気になる季節

寒い季節、まだまだインフルエンザは猛威をふるっています。インフルエンザにかからないために、日ごろの生活リズムを整え、予防していきましょう。

- ・外出後はうがい・手洗いをする。
- ・早寝早起きをする。
- ・3食きちんとバランスのとれたものを食べる。
- ・適度な湿度、換気を心がける。

爪切り

爪が伸びると爪と指の間にばい菌が繁殖します。できれば1週間に1回は切るようにしましょう。

爪が伸びていると怪我のもとにもなりますので常に短く切っておきましょう。

もしがかってしまったら・・・

インフルエンザ

- できるだけ早く医師の診断を受けましょう。
- 睡眠をとり、安静にしましょう。
- 消化のよいものをとりましょう。
- 高熱により脱水症状になりやすいので、水分の補給をしましょう。おう吐を伴い飲みにくいときは、15~20分おきに少しずつ飲ませてみましょう。
- 体を冷やさないように、室温は20~22度にしましょう。
- 乾燥は呼吸器をいためるため、湿度を60~70%くらいにしましょう。

