



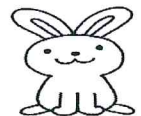
保健 だより

社会福祉法人光輝の歩福社会
子むすびの森保育園
H28、3、10

暖かい日差しが春の訪れを感じられるようになりました。
今年度も残すところあとわずかとなり、この一年間で子ども達の心と体も大きく成長してきました。卒園、進級にあたり一年間の締めくくりの大切なこの月を元気に過ごし、あらたな気持ちで新年度を迎えましょう。



3月3日は耳の日！でした



耳は話しを聞いたり、音を聞いたりするほかにも、色々な役割を体の中で担っています。健康な耳を守るためにも、耳の近くで大きな声を出したり、鉛筆などの物を入れたりするのはやめさせましょう。普段は音や声が聞こえてくる事を意識してないかもしれませんが、「耳の日」を1つの機会にして考えてみましょう。

耳を健康に！！

- *耳を爪で引っ掻いたり、強く引っ張らない！
- *耳垢がたまっていないかこまめにチェック！
- *鼻をかむ時は、片方ずつ静かに！

次年度に向けて4つのポイント！

- 早起き-----朝はまず早起きからスタートします。カーテンを開けて朝の光を十分に浴びましょう。
- 早寝-----寝る時は部屋を暗くしてぐっすり眠ります。夜の光の刺激はできるだけ減らします。
- 朝ごはん-----朝ごはんは脳にスイッチを入れ、1日の活動の準備をするために大切です。
- 排便-----朝に排便があると1日をすっきりとスタートさせることができます。トイレタイムをつくりましょう。



今年度園内でのインフルエンザの発生は、6月(2人)、7月(1人) 8月(3人)、2月(4人)となっています。県内でのインフルエンザの流行は3月まで続くとの予想がありますので、引き続き手洗い・うがいの励行をし感染予防に努めましょう。

2月の感染症児数

インフルエンザ
4人
溶連菌感染症
1人