

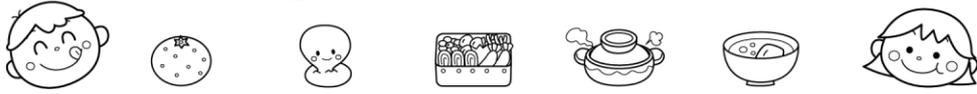


平成 30 年 1 月 4 日

白鳩保育園

保健衛生係

1月のほけんだより



明けましておめでとうございます。年末年始のお休みはいかがでしたか？

毎日冷え込み、体調を崩しやすい時期です。気持ちも新たに、健康管理に留意しましょ



きりんぐみの保護者様へ

小学校入学へ向けて、1月9日（火）より園での一日の過ごし方が変わります。

☆お知らせ☆

きりんぐみのみなさん

- 午睡がなくなります。お部屋で休息をとりつつ、午睡をしない生活に慣れていきます。
- 小学校に行ったら、トイレの後は自分のハンカチで手を拭くよ！
ハンカチを身につける練習をしよう。

(毎朝ハンカチを持ち合わせてください。名前記入をお願いします！)

風邪の予防をしっかりと

風邪のウイルスは冬の寒さと乾燥が大好き。

日ごろから予防を心がけて、元気に冬を過ごしましょう！

風邪予防6ヶ条

- ① うがい、手洗い
- ② 汗をかいたらすぐ着替え
- ③ バランスの良い食事
- ④ 部屋の換気と加湿（湿度 50～60%）
- ⑤ 規則正しい生活リズム
- ⑥ 人ごみを避ける



歯科検診があります

16日 10時～

当日の朝はしっかりと朝ごはんを食べ、きれいに歯を磨いてからの登園をお願いします。また、歯のことで心配なことがありましたらご相談ください

大きなお口で「あ～ん」！
先生にしっかり診てもらおうね

