



急に気温が下がり、肌寒く感じる日も増え、本格的な秋を実感する季節になりましたね。

朝晩と日中の気温差があり、登園時や降園時は寒さを感じることも多いですね。

しかし、気候が良く、外に出るのもとってもいい時期で、子ども達は日中、身体をよく動かして遊んでいるので汗をいっぱいかいています。

朝夕の送迎時は上着などで調節してもらい、日中は薄手の長袖や日によっては半袖など、子どもが調節しやすいようお着替えなども半袖長袖と両方多めに準備をお願いします。

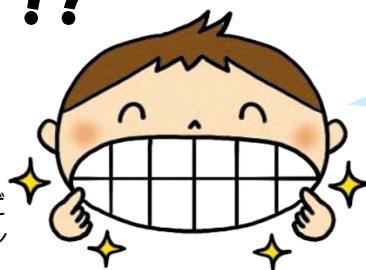


今日は何の日!?

11月8日は
「いい歯の日」

6月4日虫歯予防の日にも、園で子どもたちにはお話し、歯みがき指導をしてきました。

年齢が上がり、自分で歯みがきをする子も増えてきたと思います。自分でみがける子でも、最後はきちんと仕上げみがきをしてあげましょう。歯みがきを苦手とするお子さまは、おうちで歯みがきカレンダーをつくって、歯みがきができたらカレンダーにシールを貼ったりと、歯みがきに興味を持たせるところから始めましょう。



きれいにみがけているかの
歯みがきチェックや仕上げ
みがきは虫歯予防のために
行うようにしてください。

11月12日は「皮膚の日」

空気の乾くこの時期は皮膚がカサカサになったり、かゆくなったりと乾燥肌が気になります。タオルでゴシゴシと強くこすらず、お風呂上がりには保湿クリームを塗りましょう。



インフルエンザ対策

- ・食事前、帰宅時に手洗い・うがいをする。
- ・バランスのよい食事、睡眠をしっかりとる。
- ・肌着をきちんと着けて、気温に合わせた衣服の調節をする。
- ・部屋の換気をし、人ごみをなるべく避ける。
- ・適度に運動をする。



予防接種を受けよう!

感染力の強いインフルエンザにかかりにくくなり、発病しても重症化するのを防ぎます。

接種を受けてから抗体ができるまでには約2週間かかるので、10月～12月頃までには接種を済ませておきましょう。



★内科健診のお知らせ★

日時

11月17日

10時～

嘱託医 はるなクリニック 春名 令子 医師
今年度2回目の内科健診を行います。気になることや見てほしいことがあれば、事前に担任までお伝えください。健診終了後、「けんこうてちょう」をお返ししますので内科健診・歯科健診・身体測定にサイン、予防接種などの追加情報を記入して11月25日(火)までに再度、提出お願いします

じゅうそうほいくえん ナース 芝橋

