

2月聖徳保育園より

厳しい寒さの中でも元気いっぱいの子もたちです。雪が降ると、窓から外を眺め、「雪あそびできるかな」とわくわくしています。低温、低温の冬は、かぜウイルスが大好きな季節でもあります。風邪を寄せつけないしょうぶな体づくり、環境づくりに気を配り、寒い冬に元気に乗り切りたいですね。

節分

建国記念の日

建国記念の日

やけどに注意

A yellow triangular warning sign with a black border. It features a black silhouette of a hand pointing towards three red wavy lines, which represent heat or a hot surface.

やけど注意

「かぜ」は油断大敵

A cartoon illustration of a woman with brown hair, wearing a pink shirt, crying and holding a blue tissue box. She has a sad expression with large blue tears and a downturned mouth.

冬場の下痢に注意!

3歳以降の肥満に 要注意!



スナック菓子やジュース類のとりすぎに注意しましょう。

肥満気味の子は、体を動かすことを避ける傾向があります。本人の好きなあそびで、楽しく体を動かすようにしていきましょう。

正しい姿勢



調理体験のすすめ

お手伝い活動の目安



【4歳児】自分の分の、食事の盛りつけ

【5歳児】家族みんなの盛りつけと配ぜん

冬も外で遊ぼう

動きやすい服装で

保温性、吸湿性を考えると、綿100%で半そでのものがいちばん。ただ、保温力が低下するので気を付けましょう。Tシャツは、下に着るとごろごろして働きにくくなるので、下着の代わりにはなりません。

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

ファッション性よりも、一人で着脱しやすいものがいいでしょう