

大滝病院 病児・病後児保育園

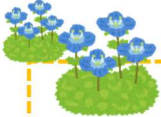


新学期がスタートして 1 ヶ月が経ちましたね。

そして 長いお休みは楽しく過ごされましたか？

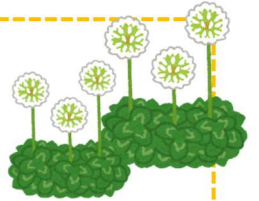


体調が崩れやすい時期なので 体調管理には十分気を付けましょう。



5 月のイヤイヤ期

5 月は、4 月からの環境の変化などにより、疲れが溜まり、
寝られない、起きられない、食欲がない、イライラする無気力
などの症状が見られることがあります。



5 月のイヤイヤ期の脱出方法は？

- のんびりお風呂に入って 心と体の疲れを取る
- たくさん体を動かして元気に遊ぶ
- 早寝早起き、睡眠時間をしっかり摂る
- 3食しっかり食べる

そして ♡ 大好きムギュー ♡ は効果絶大 ♡ です



石鹸を使って手を洗おう



コロナの流行以来、手洗い・うがいがより習慣化されてきました。
手洗いで大切なのは、ウイルスや細菌などをしっかり洗い流すことです。
感染予防するために、石鹸を使って丁寧に手洗いしましょう。



つめを切って清潔に

つめが伸びていると、つめと指の間にバイ菌が繁殖
しやすくなります。また、つめが長いと、どこかに引っかけてしまったり
自分だけでなく、思わぬときにお友達を傷つけてしまうこともあります。
お家で定期的に切って、清潔に保ちましょう。

