

花粉の飛び交う季節となりました。花粉症とは、花粉が原因となって起こるアレルギー性結膜炎やアレルギー性鼻炎のことです。薬は、抗アレルギー剤と言われるもので内服薬、点眼薬、点鼻薬があります。万全の準備をしてシーズンを迎えてください。

まだまだ 感染症にも気をつけましょう

① 手洗い

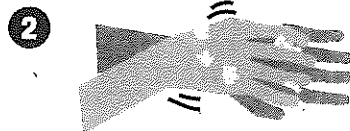
正しい手の洗い方

手洗いの前に

・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのばすようにこすります。



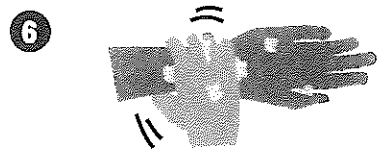
指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

神フレーズでめざす子育てのルール

- 1、子どもに生活習慣の基本を身につけさせ、安全な環境を作る
- 2、親子でコミュニケーションを楽しみ、信頼関係を築く
- 3、子どもも親も自分らしく生き、自分の良さを発揮する
- 4、子どもが自分の人生を自分で考えて歩む

(子育て神フレーズ著書引用)

